



18. Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

Detailauswertung

Elsing, Thomas

Verein: Dinslaken
Startnummer: 66

Strecke: 9,40 km
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 57:29

Geschwindigkeit: 9,39 km/h
Laufleistung: 6:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 273 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 223 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 77(von 91)
Bestzeit in der Kategorie: 33:10

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Rundenzeit	2,20	12:30	5:40	74	5:20	216	5:28	2,20	12:30	5:40	74	5:20	216	5:28
Rundenzeit	1,80	10:43	5:57	83	4:22	238	4:45	4,00	23:13	5:48	82	9:42	225	10:13
Rundenzeit	1,80	11:18	6:16	84	4:49	244	5:10	5,80	34:31	5:57	82	14:31	230	15:20
Rundenzeit	1,80	11:28	6:22	78	4:50	232	5:25	7,60	45:59	6:03	81	19:21	231	20:45
Ziel	1,80	11:30	6:23	72	4:58	219	11:21	9,40	57:29	6:06	79	24:19	227	26:22