



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

Detailauswertung

Dinse, Stefan

Verein: Running Bros Coburg
Startnummer: 60

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 51:20

Geschwindigkeit: 10,52 km/h
Laufleistung: 5:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 177 (von 373)

Strecken-Platzierung/Männer: 157 (von 286)

Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 56(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	10:36	4:49	39	3:26	117	3:34	2,20	10:36	4:49	39	3:26	117	3:34
Rundenzeit	1,80	8:52	4:55	39	2:31	124	2:54	4,00	19:28	4:51	40	5:57	119	6:28
Rundenzeit	1,80	9:55	5:30	61	3:26	168	3:47	5,80	29:23	5:03	44	9:23	136	10:12
Rundenzeit	1,80	10:29	5:49	67	3:51	187	4:26	7,60	39:52	5:14	53	13:14	152	14:38
Ziel	1,80	11:28	6:22	71	4:56	218	11:19	9,40	51:20	5:27	58	18:10	161	20:13