



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

Detailauswertung

Lencz, Andreas

Verein: Langenhagen
Startnummer: 204

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

Kategorie:
Männer 50 bis 59 Jahre

Gesamt-Zeit: 1:04:50

Geschwindigkeit: 8,70 km/h
Laufleistung: 6:54 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 325 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 256 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 71(von 80)
Bestzeit in der Kategorie: 36:02

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	14:23	6:32	75	6:34	276	7:21	2,20	14:23	6:32	75	6:34	276	7:21
Rundenzeit	1,80	12:04	6:42	73	5:13	272	6:06	4,00	26:27	6:36	74	11:47	274	13:27
Rundenzeit	1,80	12:37	7:00	73	5:32	268	6:29	5,80	39:04	6:44	74	17:19	272	19:53
Rundenzeit	1,80	13:20	7:24	77	6:13	274	7:17	7,60	52:24	6:53	74	23:23	272	27:10
Ziel	1,80	12:26	6:54	66	12:17	240	12:17	9,40	1:04:50	6:53	73	28:48	264	33:43