



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

Detailauswertung

Sisolefski, Alexander

Verein: Sondershausen
Startnummer: 172

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

Kategorie:
Männer 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 1:09:07

Geschwindigkeit: 7,81 km/h
Laufleistung: 7:21 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 348 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 272 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 54(von 57)
Bestzeit in der Kategorie: 31:07

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Rundenzeit	2,20	13:32	6:09	53	6:30	257	6:30	2,20	13:32	6:09	53	6:30	257	6:30
Rundenzeit	1,80	10:36	5:53	51	4:38	229	4:38	4,00	24:08	6:01	53	11:08	246	11:08
Rundenzeit	1,80	10:35	5:52	45	4:27	209	4:27	5,80	34:43	5:59	50	15:32	237	15:32
Rundenzeit	1,80	11:22	6:18	50	5:19	227	5:19	7,60	46:05	6:03	50	20:51	233	20:51
Ziel	1,80	23:02	12:47	55	17:11	279	22:53	9,40	1:09:07	7:21	55	38:00	280	38:00