



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

Detailauswertung

Litzke, Ronny

Verein: SV Blau-Weiß Zorbau
Startnummer: 210

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

Kategorie:
Männer 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 39:38

Geschwindigkeit: 13,62 km/h
Laufleistung: 4:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 34 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 34 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 14(von 57)
Bestzeit in der Kategorie: 31:07

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	8:48	4:00	17	1:46	45	1:46	2,20	8:48	4:00	17	1:46	45	1:46
Rundenzeit	1,80	7:45	4:18	23	1:47	54	1:47	4,00	16:33	4:08	17	3:33	46	3:33
Rundenzeit	1,80	7:45	4:18	15	1:37	35	1:37	5,80	24:18	4:11	16	5:07	40	5:07
Rundenzeit	1,80	7:47	4:19	13	1:44	31	1:44	7,60	32:05	4:13	14	6:51	36	6:51
Ziel	1,80	7:33	4:11	12	1:42	29	7:24	9,40	39:38	4:12	14	8:31	34	8:31