



19. Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

Detailauswertung

Barlsen, Holger

Verein: SC Langenhagen
Startnummer: 11

Strecke: 10,50 km
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Kategorie:
Männer 50 bis 59 Jahre

Gesamt-Zeit: 53:05

Geschwindigkeit: 11,30 km/h
Laufleistung: 5:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 121 (von 389)
Strecken-Platzierung/Männer: 108 (von 301)
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 27(von 86)
Bestzeit in der Kategorie: 42:31

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	2,10	10:21	4:55	23	2:18	80	3:59	2,10	10:21	4:55	23	2:18	80	3:59
Rundenzeit	2,10	9:23	4:28	16	0:59	65	7:45	4,20	19:44	4:41	19	3:17	73	6:50
Rundenzeit	2,10	10:23	4:56	24	1:46	103	3:43	6,30	30:07	4:46	18	5:02	76	10:33
Rundenzeit	2,10	11:21	5:24	39	2:34	154	4:41	8,40	41:28	4:56	20	7:35	92	15:14
Ziel	2,10	11:37	5:31	47	3:16	175	4:53	10,50	53:05	5:03	27	10:34	108	20:07