



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

Detailauswertung

Lange, Heiko

Verein: Lauffreunde Zimmermann  
Startnummer: 226

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

Kategorie:  
Männer 50 bis 59 Jahre

Gesamt-Zeit: 53:53

Geschwindigkeit: 11,14 km/h  
Laufleistung: 5:08 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 135 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 119 (von 301)

Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 32(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	11:17	5:22	40	3:14	143	4:55	2,10	11:17	5:22	40	3:14	143	4:55
Rundenzeit	2,10	10:12	4:51	31	1:48	121	8:34	4,20	21:29	5:06	36	5:02	132	8:35
Rundenzeit	2,10	10:47	5:08	37	2:10	136	4:07	6,30	32:16	5:07	35	7:11	128	12:42
Rundenzeit	2,10	10:57	5:12	32	2:10	126	4:17	8,40	43:13	5:08	32	9:20	121	16:59
Ziel	2,10	10:40	5:04	27	2:19	112	3:56	10,50	53:53	5:07	32	11:22	119	20:55