



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

Detailauswertung

de Graaf, Willem

Verein: Harlingen
Startnummer: 68

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

Kategorie:
Männer 60 bis 69 Jahre

Gesamt-Zeit: 54:18

Geschwindigkeit: 11,05 km/h
Laufleistung: 5:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 145 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 126 (von 301)

Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 5(von 24)

Bestzeit in der Kategorie: 43:40

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	11:02	5:15	5	2:32	133	4:40	2,10	11:02	5:15	5	2:32	133	4:40	
Rundenzeit	2,10	10:31	5:00	5	1:58	137	8:53	4,20	21:33	5:07	5	4:30	135	8:39	
Rundenzeit	2,10	10:44	5:06	5	1:56	132	4:04	6,30	32:17	5:07	5	6:26	130	12:43	
Rundenzeit	2,10	10:58	5:13	6	2:10	130	4:18	8,40	43:15	5:08	5	8:36	124	17:01	
Ziel	2,10	11:03	5:15	7	2:02	141	4:19	10,50	54:18	5:10	5	10:38	126	21:20	