



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

Detailauswertung

Frisch, Silvio

Verein: Win4Youth-Team
Startnummer: 116

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 54:33

Geschwindigkeit: 11,00 km/h
Laufleistung: 5:12 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 152 (von 389)
Strecken-Platzierung/Männer: 132 (von 301)
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 30(von 83)
Bestzeit in der Kategorie: 35:18

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	10:46	5:07	33	3:55	116	4:24	2,10	10:46	5:07	33	3:55	116	4:24
Rundenzeit	2,10	10:06	4:48	30	3:07	114	8:28	4,20	20:52	4:58	31	7:02	108	7:58
Rundenzeit	2,10	10:59	5:13	37	3:52	146	4:19	6,30	31:51	5:03	31	10:54	117	12:17
Rundenzeit	2,10	11:18	5:22	39	4:08	150	4:38	8,40	43:09	5:08	31	15:02	118	16:55
Ziel	2,10	11:24	5:25	38	4:13	154	4:40	10,50	54:33	5:11	30	19:15	132	21:35