



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

Detailauswertung

Themel, Marco

Verein: Jail

Startnummer: 393

Strecke: 10,50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Kategorie:

Männer 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 55:14

Geschwindigkeit: 11,41 km/h

Laufleistung: 5:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 161 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 140 (von 301)

Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 42(von 68)

Bestzeit in der Kategorie: 32:58

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Rundenzeit	2,10	9:58	4:44	19	3:36	63	3:36	2,10	9:58	4:44	19	3:36	63	3:36
Rundenzeit	2,10	10:14	4:52	40	3:42	122	8:36	4,20	20:12	4:48	27	7:18	84	7:18
Rundenzeit	2,10	11:11	5:19	48	4:31	162	4:31	6,30	31:23	4:58	35	11:49	104	11:49
Rundenzeit	2,10	12:06	5:45	55	5:26	195	5:26	8,40	43:29	5:10	41	17:15	132	17:15
Ziel	2,10	11:45	5:35	53	5:01	188	5:01	10,50	55:14	5:15	42	22:16	140	22:16