



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

Detailauswertung

Kleczka, Jörg

Verein: SC Langenhagen e.V.
Startnummer: 196

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

Kategorie:
Männer 50 bis 59 Jahre

Gesamt-Zeit: 56:14

Geschwindigkeit: 10,67 km/h
Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 178 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 155 (von 301)

Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 43(von 86)

Bestzeit in der Kategorie: 42:31

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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	11:20	5:23	42	3:17	148	4:58	2,10	11:20	5:23	42	3:17	148	4:58
Rundenzeit	2,10	10:46	5:07	44	2:22	163	9:08	4,20	22:06	5:15	42	5:39	149	9:12
Rundenzeit	2,10	11:11	5:19	43	2:34	162	4:31	6,30	33:17	5:16	43	8:12	152	13:43
Rundenzeit	2,10	11:27	5:27	40	2:40	156	4:47	8,40	44:44	5:19	44	10:51	156	18:30
Ziel	2,10	11:30	5:28	43	3:09	165	4:46	10,50	56:14	5:21	43	13:43	155	23:16