



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

Detailauswertung

Rockstedt, Oliver

Verein: Willich..
Startnummer: 322

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 56:19

Geschwindigkeit: 10,65 km/h
Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 180 (von 389)
Strecken-Platzierung/Männer: 157 (von 301)
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 38(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	11:46	5:36	47	4:55	169	5:24	2,10	11:46	5:36	47	4:55	169	5:24
Rundenzeit	2,10	10:35	5:02	36	3:36	143	8:57	4,20	22:21	5:19	41	8:31	159	9:27
Rundenzeit	2,10	11:02	5:15	38	3:55	148	4:22	6,30	33:23	5:17	39	12:26	154	13:49
Rundenzeit	2,10	11:16	5:21	38	4:06	148	4:36	8,40	44:39	5:18	38	16:32	152	18:25
Ziel	2,10	11:40	5:33	47	4:29	182	4:56	10,50	56:19	5:21	38	21:01	157	23:21