



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

Detailauswertung

Adamus, Daniel

Verein: MTV 1860 Erfurt e.V.  
Startnummer: 1

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

Kategorie:  
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 56:57

Geschwindigkeit: 11,06 km/h  
Laufleistung: 5:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 195 (von 389)  
Strecken-Platzierung/Männer: 172 (von 301)  
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 43(von 83)  
Bestzeit in der Kategorie: 35:18

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	12:20	5:52	56	5:29	199	5:58	2,10	12:20	5:52	56	5:29	199	5:58	
Rundenzeit	2,10	11:05	5:16	52	4:06	191	9:27	4,20	23:25	5:34	55	9:35	205	10:31	
Rundenzeit	2,10	11:07	5:17	39	4:00	155	4:27	6,30	34:32	5:28	52	13:35	191	14:58	
Rundenzeit	2,10	11:12	5:19	36	4:02	145	4:32	8,40	45:44	5:26	45	17:37	177	19:30	
Ziel	2,10	11:13	5:20	36	4:02	146	4:29	10,50	56:57	5:25	43	21:39	172	23:59	