



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

Detailauswertung

Proft, Oliver

Verein: SPVG Ahorn
Startnummer: 303

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 58:23

Geschwindigkeit: 10,28 km/h
Laufleistung: 5:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 207 (von 389)
Strecken-Platzierung/Männer: 183 (von 301)
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 47(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	13:52	6:36	76	7:01	270	7:30	2,10	13:52	6:36	76	7:01	270	7:30
Rundenzeit	2,10	11:27	5:27	59	4:28	208	9:49	4,20	25:19	6:01	69	11:29	244	12:25
Rundenzeit	2,10	11:16	5:21	43	4:09	171	4:36	6,30	36:35	5:48	62	15:38	220	17:01
Rundenzeit	2,10	11:09	5:18	34	3:59	139	4:29	8,40	47:44	5:40	56	19:37	201	21:30
Ziel	2,10	10:39	5:04	27	3:28	111	3:55	10,50	58:23	5:33	47	23:05	183	25:25