



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

Detailauswertung

Verges, Guido

Verein: Potsdam  
Startnummer: 409

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

Kategorie:  
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 59:26

Geschwindigkeit: 10,10 km/h  
Laufleistung: 5:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 226 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 201 (von 301)

Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 55(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	11:15	5:21	41	4:24	141	4:53	2,10	11:15	5:21	41	4:24	141	4:53
Rundenzeit	2,10	11:08	5:18	56	4:09	195	9:30	4,20	22:23	5:19	42	8:33	160	9:29
Rundenzeit	2,10	12:35	5:59	69	5:28	236	5:55	6,30	34:58	5:33	54	14:01	195	15:24
Rundenzeit	2,10	12:12	5:48	56	5:02	209	5:32	8,40	47:10	5:36	54	19:03	198	20:56
Ziel	2,10	12:16	5:50	57	5:05	215	5:32	10,50	59:26	5:39	55	24:08	201	26:28