



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

Detailauswertung

Dismer, Jan

Verein: BSG Commerzbank Hannover  
Startnummer: 77

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

Kategorie:  
Männer 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 1:02:26

Geschwindigkeit: 10,09 km/h  
Laufleistung: 5:57 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 274 (von 389)  
Strecken-Platzierung/Männer: 234 (von 301)  
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 61(von 68)  
Bestzeit in der Kategorie: 32:58

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	14:05	6:42	67	7:43	278	7:43	2,10	14:05	6:42	67	7:43	278	7:43
Rundenzeit	2,10	12:18	5:51	60	5:46	248	10:40	4,20	26:23	6:16	64	13:29	265	13:29
Rundenzeit	2,10	12:03	5:44	56	5:23	208	5:23	6,30	38:26	6:06	60	18:52	251	18:52
Rundenzeit	2,10	12:06	5:45	55	5:26	195	5:26	8,40	50:32	6:00	60	24:18	238	24:18
Ziel	2,10	11:54	5:40	54	5:10	194	5:10	10,50	1:02:26	5:56	61	29:28	234	29:28