



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

## Detailauswertung

**Werner, Frank**

Verein: SG Urbich 1984 e.V.  
Startnummer: 428

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

Kategorie:  
Männer 40 bis 49 Jahre

**Gesamt-Zeit: 1:02:50**

Geschwindigkeit: 9,55 km/h  
Laufleistung: 5:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 279 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 237 (von 301)

Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 65(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	10:42	5:05	32	3:51	113	4:20	2,10	10:42	5:05	32	3:51	113	4:20
Rundenzeit	2,10	9:39	4:35	23	2:40	81	8:01	4,20	20:21	4:50	25	6:31	91	7:27
Rundenzeit	2,10	10:16	4:53	24	3:09	89	3:36	6,30	30:37	4:51	25	9:40	87	11:03
Rundenzeit	2,10	10:34	5:01	27	3:24	96	3:54	8,40	41:11	4:54	26	13:04	89	14:57
Ziel	2,10	21:39	10:18	81	14:28	292	14:55	10,50	1:02:50	5:59	65	27:32	237	29:52