



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

Detailauswertung

Knoche, Nico

Verein: MT Melsungen
Startnummer: 199

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

Kategorie:
Männer 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 46:20

Geschwindigkeit: 12,95 km/h
Laufleistung: 4:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 31 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 301)

Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 9(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	10:33	5:01	28	4:11	96	4:11	2,10	10:33	5:01	28	4:11	96	4:11
Rundenzeit	2,10	9:00	4:17	12	2:28	35	7:22	4,20	19:33	4:39	23	6:39	70	6:39
Rundenzeit	2,10	8:54	4:14	8	2:14	21	2:14	6,30	28:27	4:30	15	8:53	49	8:53
Rundenzeit	2,10	8:53	4:13	8	2:13	20	2:13	8,40	37:20	4:26	9	11:06	35	11:06
Ziel	2,10	9:00	4:17	8	2:16	21	2:16	10,50	46:20	4:24	9	13:22	30	13:22