



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

Detailauswertung

Akin, Idris

Verein: Active Sportshop Herford
Startnummer: 261

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

Kategorie:
Männer 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 46:48

Geschwindigkeit: 13,46 km/h
Laufleistung: 4:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 40 (von 389)
Strecken-Platzierung/Männer: 36 (von 301)
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 10(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	9:27	4:29	12	3:05	41	3:05	2,10	9:27	4:29	12	3:05	41	3:05
Rundenzeit	2,10	9:00	4:17	12	2:28	35	7:22	4,20	18:27	4:23	9	5:33	36	5:33
Rundenzeit	2,10	9:36	4:34	17	2:56	52	2:56	6,30	28:03	4:27	10	8:29	38	8:29
Rundenzeit	2,10	9:23	4:28	10	2:43	32	2:43	8,40	37:26	4:27	10	11:12	37	11:12
Ziel	2,10	9:22	4:27	12	2:38	35	2:38	10,50	46:48	4:27	10	13:50	36	13:50