



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

Detailauswertung

Kühnpast, Frank

Verein: Saalfelder LV  
Startnummer: 221

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

Kategorie:  
Männer 50 bis 59 Jahre

Gesamt-Zeit: 49:09

Geschwindigkeit: 12,82 km/h  
Laufleistung: 4:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 66 (von 389)  
Strecken-Platzierung/Männer: 61 (von 301)  
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 14(von 86)  
Bestzeit in der Kategorie: 42:31

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	10:05	4:48	17	2:02	68	3:43	2,10	10:05	4:48	17	2:02	68	3:43
Rundenzeit	2,10	9:19	4:26	14	0:55	61	7:41	4,20	19:24	4:37	17	2:57	64	6:30
Rundenzeit	2,10	9:38	4:35	14	1:01	55	2:58	6,30	29:02	4:36	15	3:57	58	9:28
Rundenzeit	2,10	10:01	4:46	16	1:14	58	3:21	8,40	39:03	4:38	15	5:10	58	12:49
Ziel	2,10	10:06	4:48	19	1:45	77	3:22	10,50	49:09	4:40	14	6:38	61	16:11