



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

## Detailauswertung

Rißler, Heike

Verein: Team Klinikum Nürnberg  
Startnummer: 319

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

Kategorie:  
Frauen 20 bis 29 Jahre

Gesamt-Zeit: 49:40

Geschwindigkeit: 12,08 km/h  
Laufleistung: 4:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 72 (von 389)

Strecken-Platzierung/Frauen: 8 (von 88)

Bestzeit der Strecke: 45:40

Kategorie-Platzierung: 1(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 49:40

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Rundenzeit	2,10	11:39	5:32	3	0:59	22	2:50	2,10	11:39	5:32	3	0:59	22	2:50
Rundenzeit	2,10	9:31	4:31	2	7:53	5	7:53	4,20	21:10	5:02	1	-	16	3:16
Rundenzeit	2,10	9:32	4:32	1	-	4	0:18	6,30	30:42	4:52	1	-	10	3:27
Rundenzeit	2,10	9:30	4:31	1	-	3	0:01	8,40	40:12	4:47	1	-	9	3:23
Ziel	2,10	9:28	4:30	1	-	3	0:38	10,50	49:40	4:43	1	-	8	4:00