19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

Detailauswertung

Rahause, Silvio

Verein: Stiftung Wadentest
Startnummer: 200

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

Kategorie:
Männer 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 49:48

Geschwindigkeit: 12,65 km/h
Laufleistung: 4:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 73 (von 389)
Strecken-Platzierung/Männer: 65 (von 301)
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 21(von 68)
Bestzeit in der Kategorie: 32:58

Zwischenzeiten

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer
Rundenzeit	2,10	10:02	4:46	20	3:40	67	3:40	2,10	10:02	4:46	20	3:40	67	3:40
Rundenzeit	2,10	9:17	4:25	21	2:45	58	7:39	4,20	19:19	4:35	19	6:25	60	6:25
Rundenzeit	2,10	9:58	4:44	27	3:18	74	3:18	6,30	29:17	4:38	20	9:43	65	9:43
Rundenzeit	2,10	10:13	4:51	25	3:33	72	3:33	8,40	39:30	4:42	21	13:16	65	13:16
Ziel	2,10	10:18	4:54	30	3:34	93	3:34	10,50	49:48	4:44	21	16:50	65	16:50