



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

Detailauswertung

Steinhaus, Marc

Verein: RSC Wahmbeck
Startnummer: 377

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 50:31

Geschwindigkeit: 11,88 km/h
Laufleistung: 4:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 84 (von 389)
Strecken-Platzierung/Männer: 75 (von 301)
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 22(von 83)
Bestzeit in der Kategorie: 35:18

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	9:39	4:35	20	2:48	53	3:17	2,10	9:39	4:35	20	2:48	53	3:17
Rundenzeit	2,10	9:30	4:31	19	2:31	72	7:52	4,20	19:09	4:33	18	5:19	54	6:15
Rundenzeit	2,10	9:56	4:43	20	2:49	69	3:16	6,30	29:05	4:36	19	8:08	61	9:31
Rundenzeit	2,10	10:27	4:58	24	3:17	84	3:47	8,40	39:32	4:42	20	11:25	66	13:18
Ziel	2,10	10:59	5:13	31	3:48	132	4:15	10,50	50:31	4:48	22	15:13	75	17:33