



# Thüringer Ranglistenlauf Langstrecke

Erfurt / 21.10.2018

## Detailauswertung

Wich-Heiter, Simon

Verein: GJO-Vard OL

Gesamt-Zeit: 1:09:36

Laufleistung: 13:55 min/km

Strecke: 5,00 km / 19 Posten

Kategorie:

H-18

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 35:30

Rückstand: 34:06

## Zwischenzeiten

Posten	Split Zeit	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Rückst. %	Gesamt Zeit	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Rückst. %
1 (47)	3:06	3	1:20	75,5	3:06	3	1:20	75,5
2 (70)	1:46	3	0:31	41,3	4:52	3	1:48	58,7
3 (52)	1:36	3	1:36	-	6:28	3	1:52	40,6
4 (202)	4:51	3	4:51	-	11:19	3	4:31	66,4
5 (38)	3:41	3	3:41	-	15:00	3	15:00	-
6 (34)	3:20	3	1:36	92,3	18:20	3	18:20	-
7 (70)	4:03	2	1:14	43,8	22:23	3	9:08	68,9
8 (44)	8:57	3	8:57	-	31:20	3	31:20	-
9 (40)	4:37	3	4:37	-	35:57	3	35:57	-
10 (39)	1:33	1	-	-	37:30	3	37:30	-
11 (57)	5:37	3	5:37	-	43:07	3	43:07	-
12 (70)	6:05	3	4:01	194,4	49:12	3	27:21	125,2
13 (54)	3:13	2	0:32	19,9	52:25	3	27:53	113,7
14 (67)	3:13	2	1:05	50,8	55:38	3	28:58	108,6
15 (62)	1:38	2	0:35	55,6	57:16	3	29:33	106,6
16 (72)	2:00	3	1:13	155,3	59:16	3	30:46	108,0
17 (65)	6:52	2	2:31	57,9	1:06:08	3	33:17	101,3
18 (69)	2:04	2	0:26	26,5	1:08:12	3	33:43	97,8
19 (100)	1:08	3	0:25	58,1	1:09:20	3	34:08	97,0
Ziel	0:16	1	-	-	1:09:36	3	34:06	96,1