



18. Sondershäuser Kristall-Lauf  
Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

Exploitation détaillée

**Bendier, Carsten**

Association: LG Herderweg  
Dossard: 22

Circuit: 9.40 km  
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Catégorie:  
Männer 40 bis 49 Jahre

Temps total: 55:54

Vitesse: 10.09 km/h  
Kilométrage: 5:57 min/km

Place par parcours/Total: 250 (de 373)  
Place par parcours/Hommes: 210 (de 286)  
Meilleur temps dans le parcours: 31:07

Place par catégorie: 75(de 91)  
Meilleur temps dans la catégorie: 33:10

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Rundenzeit	2.20	11:14	5:06	56	4:04	157	4:12	2.20	11:14	5:06	56	4:04	157	4:12
Rundenzeit	1.80	10:08	5:37	78	3:47	209	4:10	4.00	21:22	5:20	64	7:51	178	8:22
Rundenzeit	1.80	11:04	6:08	81	4:35	232	4:56	5.80	32:26	5:35	69	12:26	194	13:15
Rundenzeit	1.80	11:42	6:29	80	5:04	241	5:39	7.60	44:08	5:48	74	17:30	206	18:54
Arrivée	1.80	11:46	6:32	74	5:14	227	11:37	9.40	55:54	5:56	77	22:44	214	24:47