



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

## Exploitation détaillée

**Semm, Rona**

Association: Rudolstadt  
Dossard: 354

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

Catégorie:  
Frauen 30 bis 39 Jahre

Temps total: 56:52

Vitesse: 9.50 km/h  
Kilométrage: 6:03 min/km

Place par parcours/Total: 260 (de 373)

Place par parcours/Femmes: 45 (de 87)

Meilleur temps dans le parcours: 42:15

Place par catégorie: 10(de 19)

Meilleur temps dans la catégorie: 42:18

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Rundenzeit	2.20	12:19	5:35	10	3:51	40	3:51	2.20	12:19	5:35	10	3:51	40	3:51	2.20	12:19	5:35	10	3:51	40	3:51	2.20	12:19	5:35	10	3:51	40	3:51
Rundenzeit	1.80	10:38	5:54	13	3:19	52	3:19	4.00	22:57	5:44	13	7:10	50	7:10	4.00	22:57	5:44	13	7:10	50	7:10	4.00	22:57	5:44	13	7:10	50	7:10
Rundenzeit	1.80	11:20	6:17	13	3:29	54	3:29	5.80	34:17	5:54	11	10:39	49	10:39	5.80	34:17	5:54	11	10:39	49	10:39	5.80	34:17	5:54	11	10:39	49	10:39
Rundenzeit	1.80	11:20	6:17	12	3:16	51	3:16	7.60	45:37	6:00	11	13:55	48	13:55	7.60	45:37	6:00	11	13:55	48	13:55	7.60	45:37	6:00	11	13:55	48	13:55
Arrivée	1.80	11:15	6:15	10	3:01	48	3:01	9.40	56:52	6:02	11	28:04	49	28:04	9.40	56:52	6:02	11	28:04	49	28:04	9.40	56:52	6:02	11	28:04	49	28:04