



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

Exploitation détaillée

Zierdt, Iris

Association: LAV 07 Bad Harzburg
Dossard: 450

Circuit: 10.50 km
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Catégorie:
Frauen 40 bis 49 Jahre

Temps total: 53:09

Vitesse: 11.85 km/h
Kilométrage: 5:04 min/km

Place par parcours/Total: 122 (de 389)

Place par parcours/Femmes: 14 (de 88)

Meilleur temps dans le parcours: 45:40

Place par catégorie: 5(de 22)

Meilleur temps dans la catégorie: 48:25

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 Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
Rundenzeit	2.10	10:00	4:45	4	1:02	10	1:11	2.10	10:00	4:45	4	1:02	10	1:11
Rundenzeit	2.10	10:08	4:49	5	0:32	14	8:30	4.20	20:08	4:47	4	1:34	10	2:14
Rundenzeit	2.10	10:47	5:08	7	0:58	16	1:33	6.30	30:55	4:54	4	2:32	11	3:40
Rundenzeit	2.10	11:08	5:18	8	1:11	20	1:39	8.40	42:03	5:00	4	3:31	12	5:14
Arrivée	2.10	11:06	5:17	8	1:14	21	2:16	10.50	53:09	5:03	5	4:44	14	7:29