



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

## Exploitation détaillée

Frisch, Silvio

Association: Win4Youth-Team  
Dossard: 116

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

Catégorie:  
Männer 40 bis 49 Jahre

Temps total: 54:33

Vitesse: 11.00 km/h  
Kilométrage: 5:12 min/km

Place par parcours/Total: 152 (de 389)  
Place par parcours/Hommes: 132 (de 301)

Meilleur temps dans le parcours: 32:58

Place par catégorie: 30(de 83)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:18

## 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.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Rundenzeit	2.10	10:46	5:07	33	3:55	116	4:24	2.10	10:46	5:07	33	3:55	116	4:24	2.10	10:46	5:07	33	3:55	116	4:24	2.10	10:46	5:07	33	3:55	116	4:24
Rundenzeit	2.10	10:06	4:48	30	3:07	114	8:28	4.20	20:52	4:58	31	7:02	108	7:58	4.20	20:52	4:58	31	7:02	108	7:58	4.20	20:52	4:58	31	7:02	108	7:58
Rundenzeit	2.10	10:59	5:13	37	3:52	146	4:19	6.30	31:51	5:03	31	10:54	117	12:17	6.30	31:51	5:03	31	10:54	117	12:17	6.30	31:51	5:03	31	10:54	117	12:17
Rundenzeit	2.10	11:18	5:22	39	4:08	150	4:38	8.40	43:09	5:08	31	15:02	118	16:55	8.40	43:09	5:08	31	15:02	118	16:55	8.40	43:09	5:08	31	15:02	118	16:55
Arrivée	2.10	11:24	5:25	38	4:13	154	4:40	10.50	54:33	5:11	30	19:15	132	21:35	10.50	54:33	5:11	30	19:15	132	21:35	10.50	54:33	5:11	30	19:15	132	21:35