



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

Exploitation détaillée

Akin, Idris

Association: Active Sportshop Herford
Dossard: 261

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

Catégorie:
Männer 30 bis 39 Jahre

Temps total: 46:48

Vitesse: 12.82 km/h
Kilométrage: 4:28 min/km

Place par parcours/Total: 40 (de 389)
Place par parcours/Hommes: 36 (de 301)
Meilleur temps dans le parcours: 32:58

Place par catégorie: 10(de 68)
Meilleur temps dans la catégorie: 32:58

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Rundenzeit	2.10	9:27	4:29	12	3:05	41	3:05	2.10	9:27	4:29	12	3:05	41	3:05
Rundenzeit	2.10	9:00	4:17	12	2:28	35	7:22	4.20	18:27	4:23	9	5:33	36	5:33
Rundenzeit	2.10	9:36	4:34	17	2:56	52	2:56	6.30	28:03	4:27	10	8:29	38	8:29
Rundenzeit	2.10	9:23	4:28	10	2:43	32	2:43	8.40	37:26	4:27	10	11:12	37	11:12
Arrivée	2.10	9:22	4:27	12	2:38	35	2:38	10.50	46:48	4:27	10	13:50	36	13:50