



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

Detalizēti rezultāti

Seidenberg, Rene

Klubs: Lauftreff Keyenberg
Numurs: 353

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

Grupa:
Männer 30 bis 39 Jahre

Kopējais laiks: 37:44

Ātrums: 14.95 km/h
Skrējiena izpildījums: 4:01 min/km

Vieta distancē/Kopā: 21 (no 373)

Vieta distancē/Vīrieši: 21 (no 286)

Distances labākais laiks: 31:07

Vieta grupā: 11(no 57)

Grupas labākais laiks: 31:07

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Rundenzeit	2.20	7:56	3:36	9	0:54	16	0:54	2.20	7:56	3:36	9	0:54	16	0:54
Rundenzeit	1.80	7:24	4:06	14	1:26	31	1:26	4.00	15:20	3:50	9	2:20	18	2:20
Rundenzeit	1.80	7:37	4:13	13	1:29	29	1:29	5.80	22:57	3:57	10	3:46	20	3:46
Rundenzeit	1.80	7:29	4:09	11	1:26	22	1:26	7.60	30:26	4:00	11	5:12	21	5:12
finišs	1.80	7:18	4:03	10	1:27	22	7:09	9.40	37:44	4:00	11	6:37	21	6:37