



18. Sondershäuser Kristall-Lauf  
Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

Detalizēti rezultāti

**Bendier, Carsten**

Klubs: LG Herderweg  
Numurs: 22

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

Grupa:  
Männer 40 bis 49 Jahre

Kopējais laiks: 55:54

Ātrums: 9.66 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:57 min/km

Vieta distancē/Kopā: 250 (no 373)  
Vieta distancē/Vīrieši: 210 (no 286)  
Distances labākais laiks: 31:07

Vieta grupā: 75(no 91)  
Grupās labākais laiks: 33:10

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	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	11:14	5:06	56	4:04	157	4:12	2.20	11:14	5:06	56	4:04	157	4:12
Rundenzeit	1.80	10:08	5:37	78	3:47	209	4:10	4.00	21:22	5:20	64	7:51	178	8:22
Rundenzeit	1.80	11:04	6:08	81	4:35	232	4:56	5.80	32:26	5:35	69	12:26	194	13:15
Rundenzeit	1.80	11:42	6:29	80	5:04	241	5:39	7.60	44:08	5:48	74	17:30	206	18:54
finišs	1.80	11:46	6:32	74	5:14	227	11:37	9.40	55:54	5:56	77	22:44	214	24:47