



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

Detalizēti rezultāti

Thiem, Liane

Klubs: AF-Personal-Training
Numurs: 396

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

Grupa:
Frauen 30 bis 39 Jahre

Kopējais laiks: 46:22

Ātrums: 12.94 km/h
Skrējiena izpildījums: 4:25 min/km

Vieta distancē/Kopā: 34 (no 389)
Vieta distancē/Sievietes: 3 (no 88)
Distances labākais laiks: 45:40

Vieta grupā: 3(no 28)
Grupās labākais laiks: 45:40

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma		Posma		Posma		Vietāztrūkums:Vietāztrūkums		Kopā		Kopā		Kopā		Vietāztrūkums:Vietāztrūkums	
	km	Laiks	min/km	grupā	grupā	grupā	grupā	grupā	km	Laiks	min/km	grupā	grupā	grupā	grupā	
Rundenzeit	2.10	8:58	4:16	2	0:09	2	0:09	2.10	8:58	4:16	2	0:09	2	0:09	2	0:09
Rundenzeit	2.10	9:10	4:21	3	0:05	4	7:32	4.20	18:08	4:19	3	0:14	3	0:14	3	0:14
Rundenzeit	2.10	9:22	4:27	3	0:08	3	0:08	6.30	27:30	4:21	3	0:15	3	0:15	3	0:15
Rundenzeit	2.10	9:29	4:30	1	-	1	-	8.40	36:59	4:24	3	0:10	3	0:10	3	0:10
finišs	2.10	9:23	4:28	2	0:33	2	0:33	10.50	46:22	4:24	3	0:42	3	0:42	3	0:42