



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

Detalizēti rezultāti

Friedrich, Jens

Klubs: Hannover Runners  
Numurs: 115

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

Grupa:  
Männer 30 bis 39 Jahre

Kopējais laiks: 49:49

Ātrums: 12.04 km/h  
Skrējiena izpildījums: 4:44 min/km

Vieta distancē/Kopā: 74 (no 389)  
Vieta distancē/Vīrieši: 66 (no 301)  
Distances labākais laiks: 32:58

Vieta grupā: 22(no 68)  
Grupās labākais laiks: 32:58

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	2.10	10:20	4:55	22	3:58	77	3:58	2.10	10:20	4:55	22	3:58	77	3:58
Rundenzeit	2.10	9:07	4:20	15	2:35	47	7:29	4.20	19:27	4:37	21	6:33	65	6:33
Rundenzeit	2.10	9:36	4:34	17	2:56	52	2:56	6.30	29:03	4:36	19	9:29	59	9:29
Rundenzeit	2.10	10:18	4:54	26	3:38	76	3:38	8.40	39:21	4:41	20	13:07	62	13:07
finišs	2.10	10:28	4:59	35	3:44	102	3:44	10.50	49:49	4:44	22	16:51	66	16:51