



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

Detalizēti rezultāti

Ristau, Jörg

Klubs: Rhede

Numurs: 320

Posms: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Grupa:

Männer 40 bis 49 Jahre

Kopējais laiks: 50:42

Ātrums: 11.83 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:50 min/km

Vieta distancē/Kopā: 86 (no 389)

Vieta distancē/Vīrieši: 77 (no 301)

Distances labākais laiks: 32:58

Vieta grupā: 23(no 83)

Grupas labākais laiks: 35:18

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	10:40	5:04	31	3:49	108	4:18	2.10	10:40	5:04	31	3:49	108	4:18
Rundenzeit	2.10	9:51	4:41	26	2:52	91	8:13	4.20	20:31	4:53	27	6:41	96	7:37
Rundenzeit	2.10	10:00	4:45	22	2:53	76	3:20	6.30	30:31	4:50	24	9:34	85	10:57
Rundenzeit	2.10	10:12	4:51	21	3:02	69	3:32	8.40	40:43	4:50	23	12:36	79	14:29
finišs	2.10	9:59	4:45	18	2:48	65	3:15	10.50	50:42	4:49	23	15:24	77	17:44