



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

**Püschel, Silvio**

□□: Hetzdorfer SV 1990

□□: 285

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□: 45:45

□□: 11.80 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 96 (of 373)

□□□□□/□: 91 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 29(of 57)

□□□□□□□: 31:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	11:39	5:17	40	4:37	178	4:37	2.20	11:39	5:17	40	4:37	178	4:37	
Rundenzeit	1.80	8:37	4:47	33	2:39	103	2:39	4.00	20:16	5:03	39	7:16	143	7:16	
Rundenzeit	1.80	8:37	4:47	27	2:29	82	2:29	5.80	28:53	4:58	37	9:42	123	9:42	
Rundenzeit	1.80	8:37	4:47	26	2:34	74	2:34	7.60	37:30	4:56	34	12:16	110	12:16	
□□	1.80	8:15	4:34	21	2:24	62	8:06	9.40	45:45	4:52	29	14:38	94	14:38	