



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Wernitz, Sebastian

□□□: 45:53

□□: OBETA

□□: 11.77 km/h

□□: 406

□□□□: 4:53 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 99 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 93 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 30(of 57)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 31:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	11:07	5:03	38	4:05	151	4:05	2.20	11:07	5:03	38	4:05	151	4:05	
Rundenzeit	1.80	8:41	4:49	34	2:43	108	2:43	4.00	19:48	4:57	36	6:48	130	6:48	
Rundenzeit	1.80	8:46	4:52	30	2:38	92	2:38	5.80	28:34	4:55	35	9:23	113	9:23	
Rundenzeit	1.80	8:54	4:56	30	2:51	91	2:51	7.60	37:28	4:55	33	12:14	108	12:14	
□□	1.80	8:25	4:40	27	2:34	72	8:16	9.40	45:53	4:52	30	14:46	97	14:46	