



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Lohmann, Rolf Michael

□□: SG Stern Hamburg

□□: 213

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 46:08

□□: 12.23 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 105 (of 373)

□□□□□/□: 98 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 19(of 80)

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	11:32	5:14	40	3:43	172	4:30	2.20	11:32	5:14	40	3:43	172	4:30
Rundenzeit	1.80	9:00	5:00	31	2:09	134	3:02	4.00	20:32	5:08	33	5:52	152	7:32
Rundenzeit	1.80	8:38	4:47	12	1:33	84	2:30	5.80	29:10	5:01	29	7:25	131	9:59
Rundenzeit	1.80	8:36	4:46	10	1:29	71	2:33	7.60	37:46	4:58	23	8:45	112	12:32
□□	1.80	8:22	4:38	12	8:13	70	8:13	9.40	46:08	4:54	19	10:06	102	15:01