



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Jesche, Enrico

□□: Erfurt

□□: 164

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 46:53

□□: 12.03 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 110 (of 373)

□□□□□/□: 103 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 30(of 91)

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

| □□□        | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Rundenzeit | 2.20     | 10:28    | 4:45         | 38      | 3:18    | 114     | 3:26    | 2.20 | 10:28     | 4:45          | 38      | 3:18    | 114     | 3:26    |
| Rundenzeit | 1.80     | 8:45     | 4:51         | 34      | 2:24    | 114     | 2:47    | 4.00 | 19:13     | 4:48          | 35      | 5:42    | 109     | 6:13    |
| Rundenzeit | 1.80     | 9:00     | 5:00         | 33      | 2:31    | 106     | 2:52    | 5.80 | 28:13     | 4:51          | 33      | 8:13    | 107     | 9:02    |
| Rundenzeit | 1.80     | 9:16     | 5:08         | 38      | 2:38    | 113     | 3:13    | 7.60 | 37:29     | 4:55          | 34      | 10:51   | 109     | 12:15   |
| □□         | 1.80     | 9:24     | 5:13         | 37      | 2:52    | 121     | 9:15    | 9.40 | 46:53     | 4:59          | 32      | 13:43   | 107     | 15:46   |