



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

**Kruppen-Müller, Sabine**

□□□: 47:04

□□: LAV 07 Bad Harzburg e.V.

□□: 11.47 km/h

□□: 189

□□□□: 5:01 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 113 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 7 (of 87)

□□□□□□: 42:15

□□□□:

□□□□□: 5(of 34)

Frauen 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 42:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:40	4:50	5	1:30	12	2:12	2.20	10:40	4:50	5	1:30	12	2:12
Rundenzeit	1.80	9:00	5:00	6	1:03	13	1:41	4.00	19:40	4:55	5	2:33	13	3:53
Rundenzeit	1.80	9:01	5:00	5	0:52	8	1:10	5.80	28:41	4:56	5	3:25	11	5:03
Rundenzeit	1.80	9:11	5:06	3	0:48	6	1:07	7.60	37:52	4:58	5	4:13	8	6:10
□□	1.80	9:12	5:06	4	0:36	9	0:58	9.40	47:04	5:00	5	4:49	10	18:16