



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Bauspieß, Uwe

□□□: 47:30

□□: Team Kyffhäuser Bike and Run

□□: 11.87 km/h

□□: 19

□□□□: 5:03 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 118 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 108 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 23(of 80)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Rundenzeit | 2.20 | 10:08 | 4:36 | 20 | 2:19 | 98 | 3:06 | 2.20 | 10:08 | 4:36 | 20 | 2:19 | 98 | 3:06 |
| Rundenzeit | 1.80 | 8:48 | 4:53 | 24 | 1:57 | 118 | 2:50 | 4.00 | 18:56 | 4:44 | 20 | 4:16 | 100 | 5:56 |
| Rundenzeit | 1.80 | 9:22 | 5:12 | 32 | 2:17 | 130 | 3:14 | 5.80 | 28:18 | 4:52 | 23 | 6:33 | 109 | 9:07 |
| Rundenzeit | 1.80 | 9:37 | 5:20 | 33 | 2:30 | 138 | 3:34 | 7.60 | 37:55 | 4:59 | 24 | 8:54 | 115 | 12:41 |
| □□ | 1.80 | 9:35 | 5:19 | 32 | 9:26 | 134 | 9:26 | 9.40 | 47:30 | 5:03 | 23 | 11:28 | 112 | 16:23 |