



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Kristek, Gernot

□□□: 47:40

□□: Die Werkstatt Peter u. Koch

□□: 11.33 km/h

□□: 186

□□□□: 5:04 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 122 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 112 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 34(of 91)

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:10	4:37	30	3:00	99	3:08	2.20	10:10	4:37	30	3:00	99	3:08
Rundenzeit	1.80	8:53	4:56	40	2:32	125	2:55	4.00	19:03	4:45	33	5:32	105	6:03
Rundenzeit	1.80	9:29	5:16	44	3:00	138	3:21	5.80	28:32	4:55	35	8:32	112	9:21
Rundenzeit	1.80	9:38	5:21	47	3:00	140	3:35	7.60	38:10	5:01	38	11:32	121	12:56
□□	1.80	9:30	5:16	42	2:58	131	9:21	9.40	47:40	5:04	36	14:30	116	16:33