



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Gräbe, Dietmar

□□□: 47:57

□□: Dream Team Schwabach

□□: 11.76 km/h

□□: 95

□□□□: 5:06 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 123 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 113 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 25(of 80)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	11:12	5:05	32	3:23	156	4:10	2.20	11:12	5:05	32	3:23	156	4:10	
Rundenzeit	1.80	8:54	4:56	27	2:03	126	2:56	4.00	20:06	5:01	30	5:26	139	7:06	
Rundenzeit	1.80	9:09	5:04	25	2:04	117	3:01	5.80	29:15	5:02	31	7:30	134	10:04	
Rundenzeit	1.80	9:22	5:12	26	2:15	119	3:19	7.60	38:37	5:04	28	9:36	128	13:23	
□□	1.80	9:20	5:11	28	9:11	118	9:11	9.40	47:57	5:06	25	11:55	117	16:50	