



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Ittershagen, Yvonne

□□□: 48:02

□□: 1. Eichsefelder Sportclub

□□: 11.74 km/h

□□: 266

□□□□: 5:07 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 126 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 11 (of 87)

□□□□□□: 42:15

□□□□:

□□□□□: 3(of 19)

Frauen 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 42:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	8:28	3:50	1	-	1	-	2.20	8:28	3:50	1	-	1	-	
Rundenzeit	1.80	7:19	4:03	1	-	1	-	4.00	15:47	3:56	1	-	1	-	
Rundenzeit	1.80	7:51	4:21	1	-	1	-	5.80	23:38	4:04	1	-	1	-	
Rundenzeit	1.80	8:04	4:28	1	-	1	-	7.60	31:42	4:10	1	-	1	-	
□□	1.80	16:20	9:04	19	8:06	78	8:06	9.40	48:02	5:06	4	19:14	15	19:14	