



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

**Pukhovytsky, Oleg**

□□□: 48:15

□□: Erfurt

□□: 11.19 km/h

□□: 284

□□□□: 5:08 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 133 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 121 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 35(of 57)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 31:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:48	4:54	36	3:46	125	3:46	2.20	10:48	4:54	36	3:46	125	3:46
Rundenzeit	1.80	8:41	4:49	34	2:43	108	2:43	4.00	19:29	4:52	35	6:29	121	6:29
Rundenzeit	1.80	9:07	5:03	33	2:59	113	2:59	5.80	28:36	4:55	36	9:25	116	9:25
Rundenzeit	1.80	9:33	5:18	34	3:30	128	3:30	7.60	38:09	5:01	36	12:55	120	12:55
□□	1.80	10:06	5:36	39	4:15	162	9:57	9.40	48:15	5:07	35	17:08	125	17:08