



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Buschfort, Friedhelm

□□□: 49:08

□□: Team XR1

□□: 11.48 km/h

□□: 56

□□□□: 5:14 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 147 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 131 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 33(of 80)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	11:06	5:02	30	3:17	149	4:04	2.20	11:06	5:02	30	3:17	149	4:04
Rundenzeit	1.80	9:20	5:11	40	2:29	160	3:22	4.00	20:26	5:06	32	5:46	148	7:26
Rundenzeit	1.80	9:29	5:16	35	2:24	138	3:21	5.80	29:55	5:09	35	8:10	147	10:44
Rundenzeit	1.80	9:35	5:19	32	2:28	133	3:32	7.60	39:30	5:11	35	10:29	141	14:16
□□	1.80	9:38	5:21	33	9:29	137	9:29	9.40	49:08	5:13	33	13:06	135	18:01