



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Porzelt, Matthias

□□: SSV Merten
 □□: 293

□□: 9.40 km
 10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:
 Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 49:27

□□: 11.41 km/h
 □□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 154 (of 373)

□□□□□/□: 137 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 44(of 91)

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:59	4:59	51	3:49	145	3:57	2.20	10:59	4:59	51	3:49	145	3:57
Rundenzeit	1.80	9:10	5:05	48	2:49	141	3:12	4.00	20:09	5:02	47	6:38	140	7:09
Rundenzeit	1.80	9:36	5:19	50	3:07	147	3:28	5.80	29:45	5:07	47	9:45	143	10:34
Rundenzeit	1.80	9:57	5:31	57	3:19	161	3:54	7.60	39:42	5:13	48	13:04	146	14:28
□□	1.80	9:45	5:25	51	3:13	149	9:36	9.40	49:27	5:15	46	16:17	141	18:20