



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Hofmann, Patrick

□□□: 36:17

□□: Thüringer Fußballverband (TFV)

□□: 15.54 km/h

□□: 137

□□□□: 3:52 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 15 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 15 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 8(of 57)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 31:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	7:48	3:32	7	0:46	13	0:46	2.20	7:48	3:32	7	0:46	13	0:46
Rundenzeit	1.80	6:55	3:50	8	0:57	14	0:57	4.00	14:43	3:40	8	1:43	15	1:43
Rundenzeit	1.80	7:12	4:00	8	1:04	15	1:04	5.80	21:55	3:46	8	2:44	15	2:44
Rundenzeit	1.80	7:13	4:00	8	1:10	16	1:10	7.60	29:08	3:50	8	3:54	15	3:54
□□	1.80	7:09	3:58	9	1:18	19	7:00	9.40	36:17	3:51	8	5:10	15	5:10