



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Janßen, David

□□: Cremlingen

□□: 149

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 20 bis 29 Jahre

□□□: 50:12

□□: 10.76 km/h

□□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 160 (of 373)

□□□□□/□: 142 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 14(of 22)

□□□□□□□: 33:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:59	4:59	13	3:50	145	3:57	2.20	10:59	4:59	13	3:50	145	3:57
Rundenzeit	1.80	9:20	5:11	16	3:01	160	3:22	4.00	20:19	5:04	16	6:49	145	7:19
Rundenzeit	1.80	9:42	5:23	13	3:14	158	3:34	5.80	30:01	5:10	15	10:03	152	10:50
Rundenzeit	1.80	10:05	5:36	15	3:27	167	4:02	7.60	40:06	5:16	15	13:30	157	14:52
□□	1.80	10:06	5:36	15	3:33	162	9:57	9.40	50:12	5:20	14	17:03	146	19:05