



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Rau, Oliver

□□: Rosdorf

□□: 290

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 20 bis 29 Jahre

□□□: 50:41

□□: 11.13 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 168 (of 373)

□□□□□/□: 148 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 15(of 22)

□□□□□□□: 33:09

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Rundenzeit | 2.20 | 9:47 | 4:26 | 10 | 2:38 | 78 | 2:45 | 2.20 | 9:47 | 4:26 | 10 | 2:38 | 78 | 2:45 |
| Rundenzeit | 1.80 | 9:12 | 5:06 | 14 | 2:53 | 142 | 3:14 | 4.00 | 18:59 | 4:44 | 10 | 5:29 | 102 | 5:59 |
| Rundenzeit | 1.80 | 10:00 | 5:33 | 16 | 3:32 | 171 | 3:52 | 5.80 | 28:59 | 4:59 | 13 | 9:01 | 127 | 9:48 |
| Rundenzeit | 1.80 | 11:09 | 6:11 | 20 | 4:31 | 221 | 5:06 | 7.60 | 40:08 | 5:16 | 16 | 13:32 | 160 | 14:54 |
| □□ | 1.80 | 10:33 | 5:51 | 18 | 4:00 | 179 | 10:24 | 9.40 | 50:41 | 5:23 | 15 | 17:32 | 152 | 19:34 |