



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Meyer, Thomas

□□□: 50:53

□□: Da müssen wir durch

□□: 11.08 km/h

□□: 235

□□□□: 5:25 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 170 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 150 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 51(of 91)

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:49	4:54	45	3:39	128	3:47	2.20	10:49	4:54	45	3:39	128	3:47
Rundenzeit	1.80	9:42	5:23	67	3:21	183	3:44	4.00	20:31	5:07	52	7:00	150	7:31
Rundenzeit	1.80	10:27	5:48	72	3:58	200	4:19	5.80	30:58	5:20	62	10:58	171	11:47
Rundenzeit	1.80	10:19	5:43	63	3:41	178	4:16	7.60	41:17	5:25	61	14:39	171	16:03
□□	1.80	9:36	5:19	44	3:04	136	9:27	9.40	50:53	5:24	53	17:43	154	19:46