



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Richter, Dagmar

□□: LC Duisburg

□□: 294

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Frauen 50 bis 59 Jahre

□□□: 51:33

□□: 10.48 km/h

□□□□: 5:29 min/km

□□□□□/□□□: 181 (of 373)

□□□□□/□: 21 (of 87)

□□□□□□: 42:15

□□□□□: 4(of 18)

□□□□□□□: 45:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	12:51	5:50	11	2:54	52	4:23	2.20	12:51	5:50	11	2:54	52	4:23	
Rundenzeit	1.80	9:57	5:31	6	1:20	30	2:38	4.00	22:48	5:42	10	4:14	45	7:01	
Rundenzeit	1.80	9:42	5:23	4	0:50	19	1:51	5.80	32:30	5:36	6	5:04	30	8:52	
Rundenzeit	1.80	9:35	5:19	4	0:28	15	1:31	7.60	42:05	5:32	6	5:32	26	10:23	
□□	1.80	9:28	5:15	5	0:27	16	1:14	9.40	51:33	5:29	4	5:59	25	22:45	