



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Stelzer, Ralf

□□: Groß-Zimmern

□□: 368

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 52:28

□□: 10.75 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 199 (of 373)

□□□□□/□: 172 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 41(of 80)

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	11:34	5:15	41	3:45	174	4:32	2.20	11:34	5:15	41	3:45	174	4:32
Rundenzeit	1.80	9:39	5:21	43	2:48	177	3:41	4.00	21:13	5:18	43	6:33	174	8:13
Rundenzeit	1.80	10:11	5:39	47	3:06	186	4:03	5.80	31:24	5:24	42	9:39	176	12:13
Rundenzeit	1.80	10:33	5:51	48	3:26	191	4:30	7.60	41:57	5:31	44	12:56	180	16:43
□□	1.80	10:31	5:50	43	10:22	177	10:22	9.40	52:28	5:34	41	16:26	176	21:21