



18. Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

kerl, jochen

□□: hettstedt

□□: 162

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 53:45

□□: 10.49 km/h

□□□□: 5:43 min/km

□□□□□/□□□: 212 (of 373)

□□□□□/□: 180 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 45(of 80)

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:00	4:32	16	2:11	88	2:58	2.20	10:00	4:32	16	2:11	88	2:58
Rundenzeit	1.80	8:17	4:36	10	1:26	78	2:19	4.00	18:17	4:34	13	3:37	86	5:17
Rundenzeit	1.80	8:38	4:47	12	1:33	84	2:30	5.80	26:55	4:38	12	5:10	81	7:44
Rundenzeit	1.80	8:52	4:55	13	1:45	88	2:49	7.60	35:47	4:42	12	6:46	82	10:33
□□	1.80	17:58	9:58	75	17:49	264	17:49	9.40	53:45	5:43	45	17:43	184	22:38