



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Hilmer, Martin

□□: FiFi GÖ & Friends

□□: 135

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 54:14

□□: 10.40 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 217 (of 373)

□□□□□/□: 185 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 65(of 91)

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:05	4:34	29	2:55	94	3:03	2.20	10:05	4:34	29	2:55	94	3:03
Rundenzeit	1.80	8:12	4:33	26	1:51	73	2:14	4.00	18:17	4:34	27	4:46	86	5:17
Rundenzeit	1.80	8:41	4:49	29	2:12	86	2:33	5.80	26:58	4:38	27	6:58	82	7:47
Rundenzeit	1.80	9:02	5:01	35	2:24	105	2:59	7.60	36:00	4:44	28	9:22	86	10:46
□□	1.80	18:14	10:07	84	11:42	265	18:05	9.40	54:14	5:46	67	21:04	189	23:07