



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Schölzel, Daniel

□□: VfB Salzkotten

□□: 332

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 54:10

□□: 9.97 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 216 (of 373)

□□□□□/□: 184 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 64(of 91)

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:46	4:53	43	3:36	124	3:44	2.20	10:46	4:53	43	3:36	124	3:44	
Rundenzeit	1.80	9:23	5:12	57	3:02	165	3:25	4.00	20:09	5:02	47	6:38	140	7:09	
Rundenzeit	1.80	10:32	5:51	75	4:03	205	4:24	5.80	30:41	5:17	56	10:41	163	11:30	
Rundenzeit	1.80	11:45	6:31	81	5:07	246	5:42	7.60	42:26	5:34	68	15:48	187	17:12	
□□	1.80	11:44	6:31	73	5:12	226	11:35	9.40	54:10	5:45	66	21:00	188	23:03	