



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Zetzmann, Lena

□□□: 55:33

□□: HSG Werratal 05

□□: 9.72 km/h

□□: 428

□□□□: 5:55 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 245 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 39 (of 87)

□□□□□□: 42:15

□□□□:

□□□□□: 4(of 11)

Frauen 20 bis 29 Jahre

□□□□□□□: 49:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	11:48	5:21	6	1:46	33	3:20	2.20	11:48	5:21	6	1:46	33	3:20
Rundenzeit	1.80	10:37	5:53	8	2:00	50	3:18	4.00	22:25	5:36	8	3:46	37	6:38
Rundenzeit	1.80	11:13	6:13	7	1:46	50	3:22	5.80	33:38	5:47	7	5:26	43	10:00
Rundenzeit	1.80	10:58	6:05	4	1:20	40	2:54	7.60	44:36	5:52	4	4:42	40	12:54
□□	1.80	10:57	6:04	5	1:48	42	2:43	9.40	55:33	5:54	6	17:19	43	26:45