



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Wolf, Johannes

□□: Wiesbaden

□□: 421

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□: 55:52

□□: 9.67 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 249 (of 373)

□□□□□/□: 209 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 45(of 57)

□□□□□□□: 31:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	2.20	13:20	6:03	52	6:18	247	6:18	2.20	13:20	6:03	52	6:18	247	6:18
Rundenzeit	1.80	9:40	5:22	41	3:42	180	3:42	4.00	23:00	5:45	48	10:00	220	10:00
Rundenzeit	1.80	12:49	7:07	55	6:41	276	6:41	5.80	35:49	6:10	54	16:38	255	16:38
Rundenzeit	1.80	10:06	5:36	38	4:03	168	4:03	7.60	45:55	6:02	49	20:41	226	20:41
□□	1.80	9:57	5:31	37	4:06	159	9:48	9.40	55:52	5:56	45	24:45	213	24:45