



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Pohlei, Sven-ole

□□: Paderborn
 □□: 282

□□: 9.40 km
 10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:
 Männer 30 bis 39 Jahre

□□□: 58:17

□□: 9.27 km/h
 □□□□: 6:12 min/km

□□□□□/□□□: 280 (of 373)

□□□□□/□: 226 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 47(of 57)

□□□□□□□: 31:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	13:12	5:59	51	6:10	240	6:10	2.20	13:12	5:59	51	6:10	240	6:10
Rundenzeit	1.80	10:10	5:38	46	4:12	212	4:12	4.00	23:22	5:50	49	10:22	235	10:22
Rundenzeit	1.80	11:06	6:09	51	4:58	233	4:58	5.80	34:28	5:56	48	15:17	229	15:17
Rundenzeit	1.80	13:16	7:22	55	7:13	272	7:13	7.60	47:44	6:16	54	22:30	252	22:30
□□	1.80	10:33	5:51	41	4:42	179	10:24	9.40	58:17	6:12	47	27:10	230	27:10