



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Huwald, Detlef

□□: Marathon Mülheim

□□: 144

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 60 bis 69 Jahre

□□□: 58:27

□□: 9.65 km/h

□□□□: 6:13 min/km

□□□□□/□□□: 286 (of 373)

□□□□□/□: 229 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 12(of 20)

□□□□□□□: 38:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	12:29	5:40	10	4:00	213	5:27	2.20	12:29	5:40	10	4:00	213	5:27
Rundenzeit	1.80	10:45	5:58	11	3:22	239	4:47	4.00	23:14	5:48	11	7:22	226	10:14
Rundenzeit	1.80	11:19	6:17	12	3:44	245	5:11	5.80	34:33	5:57	11	11:06	232	15:22
Rundenzeit	1.80	11:50	6:34	13	4:09	247	5:47	7.60	46:23	6:06	11	15:15	242	21:09
□□	1.80	12:04	6:42	15	11:51	231	11:55	9.40	58:27	6:13	13	19:48	233	27:20