



18. Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Zimmermann, Claudia

□□□: 58:41

□□: Obergebra

□□: 9.20 km/h

□□: 430

□□□□: 6:14 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 288 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 57 (of 87)

□□□□□□: 42:15

□□□□:

□□□□□: 14(of 19)

Frauen 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 42:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	12:19	5:35	10	3:51	40	3:51	2.20	12:19	5:35	10	3:51	40	3:51
Rundenzeit	1.80	10:12	5:39	10	2:53	37	2:53	4.00	22:31	5:37	10	6:44	38	6:44
Rundenzeit	1.80	11:46	6:32	14	3:55	62	3:55	5.80	34:17	5:54	11	10:39	49	10:39
Rundenzeit	1.80	11:36	6:26	14	3:32	55	3:32	7.60	45:53	6:02	12	14:11	50	14:11
□□	1.80	12:48	7:06	15	4:34	67	4:34	9.40	58:41	6:14	15	29:53	61	29:53