



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

□□□□

Thomalla, Michael

□□□: 58:44

□□: TCT

□□: 9.60 km/h

□□: 378

□□□□: 6:15 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 289 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 231 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 59(of 80)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	13:25	6:05	64	5:36	251	6:23	2.20	13:25	6:05	64	5:36	251	6:23
Rundenzeit	1.80	10:49	6:00	63	3:58	246	4:51	4.00	24:14	6:03	63	9:34	251	11:14
Rundenzeit	1.80	11:14	6:14	63	4:09	239	5:06	5.80	35:28	6:06	62	13:43	248	16:17
Rundenzeit	1.80	11:10	6:12	57	4:03	222	5:07	7.60	46:38	6:08	61	17:37	243	21:24
□□	1.80	12:06	6:43	63	11:57	234	11:57	9.40	58:44	6:14	59	22:42	235	27:37