



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Raiß, Alexander

□□□: 59:30

□□: TV Büttelborn

□□: 9.08 km/h

□□: 286

□□□□: 6:20 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 298 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 238 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 48(of 57)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 31:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	12:13	5:33	45	5:11	200	5:11	2.20	12:13	5:33	45	5:11	200	5:11	
Rundenzeit	1.80	10:15	5:41	47	4:17	215	4:17	4.00	22:28	5:36	46	9:28	203	9:28	
Rundenzeit	1.80	11:57	6:38	53	5:49	256	5:49	5.80	34:25	5:56	47	15:14	228	15:14	
Rundenzeit	1.80	12:56	7:11	54	6:53	267	6:53	7.60	47:21	6:13	53	22:07	249	22:07	
□□	1.80	12:09	6:45	47	6:18	237	12:00	9.40	59:30	6:19	48	28:23	244	28:23	