



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

**Wolter, Steffen**

□□: RennsteigSpirit

□□: 424

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 59:53

□□: 9.42 km/h

□□□□: 6:22 min/km

□□□□□/□□□: 300 (of 373)

□□□□□/□: 239 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 64(of 80)

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	12:13	5:33	47	4:24	200	5:11	2.20	12:13	5:33	47	4:24	200	5:11
Rundenzeit	1.80	8:57	4:58	29	2:06	130	2:59	4.00	21:10	5:17	42	6:30	173	8:10
Rundenzeit	1.80	9:13	5:07	29	2:08	123	3:05	5.80	30:23	5:14	40	8:38	160	11:12
Rundenzeit	1.80	9:29	5:16	28	2:22	123	3:26	7.60	39:52	5:14	37	10:51	152	14:38
□□	1.80	20:01	11:07	77	19:52	268	19:52	9.40	59:53	6:22	66	23:51	245	28:46