



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Schramm, Tobias

□□□: 39:02

□□: sc implus erfurt

□□: 13.83 km/h

□□: 436

□□□□: 4:09 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 29 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 29 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 5(of 91)

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	8:28	3:50	8	1:18	34	1:26	2.20	8:28	3:50	8	1:18	34	1:26	
Rundenzeit	1.80	7:25	4:07	7	1:04	33	1:27	4.00	15:53	3:58	6	2:22	32	2:53	
Rundenzeit	1.80	7:37	4:13	7	1:08	29	1:29	5.80	23:30	4:03	6	3:30	30	4:19	
Rundenzeit	1.80	7:46	4:18	7	1:08	30	1:43	7.60	31:16	4:06	5	4:38	29	6:02	
□□	1.80	7:46	4:18	7	1:14	39	7:37	9.40	39:02	4:09	5	5:52	29	7:55	