



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Schleiter, Hans -Jürgen

□□□: 1:00:28

□□: Mücheln

□□: 8.93 km/h

□□: 316

□□□□: 6:26 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 304 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 243 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 5(of 6)

Männer 70 bis 79 Jahre

□□□□□□□: 43:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:14	4:39	2	1:00	102	3:12	2.20	10:14	4:39	2	1:00	102	3:12
Rundenzeit	1.80	9:14	5:07	3	0:59	146	3:16	4.00	19:28	4:51	2	1:59	119	6:28
Rundenzeit	1.80	10:08	5:37	3	1:38	184	4:00	5.80	29:36	5:06	2	3:37	139	10:25
Rundenzeit	1.80	10:10	5:38	3	1:19	172	4:07	7.60	39:46	5:13	3	4:56	147	14:32
□□	1.80	20:42	11:30	6	11:51	270	20:33	9.40	1:00:28	6:25	5	16:47	249	29:21