



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Dinse, Stefan

□□: Running Bros Coburg

□□: 60

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 51:20

□□: 10.99 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 177 (of 373)

□□□□□/□: 157 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 56(of 91)

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	2.20	10:36	4:49	39	3:26	117	3:34	2.20	10:36	4:49	39	3:26	117	3:34
Rundenzeit	1.80	8:52	4:55	39	2:31	124	2:54	4.00	19:28	4:51	40	5:57	119	6:28
Rundenzeit	1.80	9:55	5:30	61	3:26	168	3:47	5.80	29:23	5:03	44	9:23	136	10:12
Rundenzeit	1.80	10:29	5:49	67	3:51	187	4:26	7.60	39:52	5:14	53	13:14	152	14:38
□□	1.80	11:28	6:22	71	4:56	218	11:19	9.40	51:20	5:27	58	18:10	161	20:13