



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Näglner, Dirk

□□: OLC Svijany Jena

□□: 253

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 1:03:13

□□: 8.54 km/h

□□□□: 6:44 min/km

□□□□□/□□□: 321 (of 373)

□□□□□/□: 253 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 69(of 80)

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	13:21	6:04	62	5:32	249	6:19	2.20	13:21	6:04	62	5:32	249	6:19
Rundenzeit	1.80	11:51	6:34	71	5:00	266	5:53	4.00	25:12	6:17	70	10:32	264	12:12
Rundenzeit	1.80	11:58	6:38	70	4:53	258	5:50	5.80	37:10	6:24	70	15:25	263	17:59
Rundenzeit	1.80	12:54	7:10	75	5:47	266	6:51	7.60	50:04	6:35	71	21:03	262	24:50
□□	1.80	13:09	7:18	70	13:00	247	13:00	9.40	1:03:13	6:43	71	27:11	261	32:06