



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Lencz, Andreas

□□□: 1:04:50

□□: Langenhagen

□□: 8.70 km/h

□□: 204

□□□□: 6:54 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 325 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 256 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 71(of 80)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	14:23	6:32	75	6:34	276	7:21	2.20	14:23	6:32	75	6:34	276	7:21
Rundenzeit	1.80	12:04	6:42	73	5:13	272	6:06	4.00	26:27	6:36	74	11:47	274	13:27
Rundenzeit	1.80	12:37	7:00	73	5:32	268	6:29	5.80	39:04	6:44	74	17:19	272	19:53
Rundenzeit	1.80	13:20	7:24	77	6:13	274	7:17	7.60	52:24	6:53	74	23:23	272	27:10
□□	1.80	12:26	6:54	66	12:17	240	12:17	9.40	1:04:50	6:53	73	28:48	264	33:43