



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Küchler, Ingo

□□: SV Rot-Weiß Sondershausen e.V.
 □□: 191

□□: 9.40 km
 10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:
 Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 1:06:23

□□: 8.13 km/h
 □□□□: 7:04 min/km

□□□□□/□□□: 336 (of 373)

□□□□□/□: 265 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 75(of 80)

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	12:18	5:35	48	4:29	204	5:16	2.20	12:18	5:35	48	4:29	204	5:16
Rundenzeit	1.80	10:41	5:56	59	3:50	236	4:43	4.00	22:59	5:44	53	8:19	218	9:59
Rundenzeit	1.80	10:46	5:58	55	3:41	217	4:38	5.80	33:45	5:49	55	12:00	219	14:34
Rundenzeit	1.80	10:50	6:01	51	3:43	205	4:47	7.60	44:35	5:51	55	15:34	218	19:21
□□	1.80	21:48	12:06	79	21:39	274	21:39	9.40	1:06:23	7:03	77	30:21	273	35:16