



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Kästner, Alexander

□□□: 1:09:08

□□: Sondershausen

□□: 8.16 km/h

□□: 159

□□□□: 7:21 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 349 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 273 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 55(of 57)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 31:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	13:32	6:09	53	6:30	257	6:30	2.20	13:32	6:09	53	6:30	257	6:30	
Rundenzeit	1.80	10:37	5:53	52	4:39	231	4:39	4.00	24:09	6:02	54	11:09	247	11:09	
Rundenzeit	1.80	10:34	5:52	44	4:26	207	4:26	5.80	34:43	5:59	50	15:32	237	15:32	
Rundenzeit	1.80	11:23	6:19	51	5:20	228	5:20	7.60	46:06	6:03	51	20:52	234	20:52	
□□	1.80	23:02	12:47	55	17:11	279	22:53	9.40	1:09:08	7:21	56	38:01	281	38:01	