



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Ose, Daniel

□□: Kampfsportschule Berk  
 □□: 265

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

□□□□:  
 Männer 30 bis 39 Jahre

□□□: 39:47

□□: 14.18 km/h  
 □□□□: 4:14 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 373)

□□□□□/□: 35 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 15(of 57)

□□□□□□□: 31:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	9:11	4:10	22	2:09	53	2:09	2.20	9:11	4:10	22	2:09	53	2:09
Rundenzeit	1.80	7:23	4:06	13	1:25	26	1:25	4.00	16:34	4:08	19	3:34	48	3:34
Rundenzeit	1.80	7:44	4:17	14	1:36	34	1:36	5.80	24:18	4:11	16	5:07	40	5:07
Rundenzeit	1.80	7:47	4:19	13	1:44	31	1:44	7.60	32:05	4:13	14	6:51	36	6:51
□□	1.80	7:42	4:16	14	1:51	35	7:33	9.40	39:47	4:13	15	8:40	36	8:40