



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Kirchner-Höfer, Martina

□□□: 1:13:22

□□: Liebenburg

□□: 7.69 km/h

□□: 165

□□□□: 7:48 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 357 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 81 (of 87)

□□□□□□: 42:15

□□□□:

□□□□□: 33(of 34)

Frauen 40 bis 49 Jahre

□□□□□□: 42:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	13:18	6:02	25	4:08	62	4:50	2.20	13:18	6:02	25	4:08	62	4:50
Rundenzeit	1.80	10:49	6:00	24	2:52	60	3:30	4.00	24:07	6:01	25	7:00	62	8:20
Rundenzeit	1.80	12:01	6:40	29	3:52	69	4:10	5.80	36:08	6:13	28	10:52	65	12:30
Rundenzeit	1.80	12:13	6:47	28	3:50	65	4:09	7.60	48:21	6:21	29	14:42	65	16:39
□□	1.80	25:01	13:53	32	16:25	85	16:47	9.40	1:13:22	7:48	34	31:07	85	44:34