



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Vollbrecht, Stephan

□□□: 40:26

□□: MTV Müden/Örtze

□□: 13.36 km/h

□□: 390

□□□□: 4:18 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 41 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 41 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 11(of 91)

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	8:25	3:49	5	1:15	29	1:23	2.20	8:25	3:49	5	1:15	29	1:23
Rundenzeit	1.80	7:31	4:10	9	1:10	37	1:33	4.00	15:56	3:59	8	2:25	34	2:56
Rundenzeit	1.80	8:08	4:31	15	1:39	52	2:00	5.80	24:04	4:08	8	4:04	35	4:53
Rundenzeit	1.80	8:13	4:33	15	1:35	49	2:10	7.60	32:17	4:14	9	5:39	38	7:03
□□	1.80	8:09	4:31	17	1:37	56	8:00	9.40	40:26	4:18	12	7:16	43	9:19