



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Riemann, Helge

□□: Nordhausen

□□: 297

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 41:12

□□: 13.11 km/h

□□□□: 4:23 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 373)

□□□□□/□: 51 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 15(of 91)

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	8:52	4:01	13	1:42	47	1:50	2.20	8:52	4:01	13	1:42	47	1:50
Rundenzeit	1.80	7:49	4:20	15	1:28	56	1:51	4.00	16:41	4:10	13	3:10	49	3:41
Rundenzeit	1.80	8:10	4:32	16	1:41	53	2:02	5.80	24:51	4:17	14	4:51	50	5:40
Rundenzeit	1.80	8:13	4:33	15	1:35	49	2:10	7.60	33:04	4:21	14	6:26	50	7:50
□□	1.80	8:08	4:31	16	1:36	55	7:59	9.40	41:12	4:22	17	8:02	54	10:05