



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Sauthoff, Dean

□□□: 41:26

□□: Umbal Runners

□□: 13.61 km/h

□□: 303

□□□□: 4:25 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 53 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 53 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 7(of 22)

Männer 20 bis 29 Jahre

□□□□□□□: 33:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	8:14	3:44	5	1:05	22	1:12	2.20	8:14	3:44	5	1:05	22	1:12	
Rundenzeit	1.80	7:31	4:10	6	1:12	37	1:33	4.00	15:45	3:56	5	2:15	28	2:45	
Rundenzeit	1.80	8:28	4:42	9	2:00	71	2:20	5.80	24:13	4:10	6	4:15	38	5:02	
Rundenzeit	1.80	8:56	4:57	11	2:18	95	2:53	7.60	33:09	4:21	7	6:33	51	7:55	
□□	1.80	8:17	4:36	8	1:44	64	8:08	9.40	41:26	4:24	7	8:17	56	10:19	