



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Schmidt, Steffen

□□□: 42:37

□□: Rarámuri

□□: 12.67 km/h

□□: 326

□□□□: 4:32 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 59 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 57 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 18(of 91)

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	9:48	4:27	23	2:38	79	2:46	2.20	9:48	4:27	23	2:38	79	2:46
Rundenzeit	1.80	8:08	4:31	24	1:47	69	2:10	4.00	17:56	4:29	23	4:25	74	4:56
Rundenzeit	1.80	8:32	4:44	26	2:03	77	2:24	5.80	26:28	4:33	22	6:28	73	7:17
Rundenzeit	1.80	8:14	4:34	18	1:36	54	2:11	7.60	34:42	4:33	22	8:04	65	9:28
□□	1.80	7:55	4:23	11	1:23	44	7:46	9.40	42:37	4:32	20	9:27	60	11:30