



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Jahn, Udo

□□: Sesslach
 □□: 147

□□: 9.40 km
 10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:
 Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 43:12

□□: 12.50 km/h
 □□□□: 4:36 min/km

□□□□□/□□□: 68 (of 373)

□□□□□/□: 66 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 21(of 91)

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	9:27	4:17	17	2:17	64	2:25	2.20	9:27	4:17	17	2:17	64	2:25
Rundenzeit	1.80	8:07	4:30	23	1:46	68	2:09	4.00	17:34	4:23	20	4:03	64	4:34
Rundenzeit	1.80	8:25	4:40	22	1:56	67	2:17	5.80	25:59	4:28	20	5:59	64	6:48
Rundenzeit	1.80	8:39	4:48	26	2:01	79	2:36	7.60	34:38	4:33	20	8:00	62	9:24
□□	1.80	8:34	4:45	21	2:02	78	8:25	9.40	43:12	4:35	23	10:02	69	12:05