



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Lokajczyk, Thomas

□□: SG Stern Hamburg

□□: 214

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 43:27

□□: 12.98 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 72 (of 373)

□□□□□/□: 70 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 9(of 80)

□□□□□□□: 36:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	10:06	4:35	19	2:17	96	3:04	2.20	10:06	4:35	19	2:17	96	3:04	
Rundenzeit	1.80	8:03	4:28	9	1:12	64	2:05	4.00	18:09	4:32	11	3:29	81	5:09	
Rundenzeit	1.80	8:16	4:35	8	1:11	58	2:08	5.80	26:25	4:33	10	4:40	72	7:14	
Rundenzeit	1.80	8:33	4:45	9	1:26	67	2:30	7.60	34:58	4:36	10	5:57	72	9:44	
□□	1.80	8:29	4:42	13	8:20	75	8:20	9.40	43:27	4:37	9	7:25	73	12:20	