



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Labs, Frank

□□: MTV Müden/Örtze

□□: 200

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 44:28

□□: 12.68 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□/□□□: 81 (of 373)

□□□□□/□: 78 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□□: 26(of 91)

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	9:26	4:17	16	2:16	60	2:24	2.20	9:26	4:17	16	2:16	60	2:24
Rundenzeit	1.80	8:22	4:38	29	2:01	84	2:24	4.00	17:48	4:27	21	4:17	71	4:48
Rundenzeit	1.80	8:45	4:51	30	2:16	89	2:37	5.80	26:33	4:34	24	6:33	75	7:22
Rundenzeit	1.80	8:49	4:53	30	2:11	85	2:46	7.60	35:22	4:39	25	8:44	77	10:08
□□	1.80	9:06	5:03	29	2:34	102	8:57	9.40	44:28	4:43	28	11:18	81	13:21