



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Linzmayer, Markus

□□□: 34:38

□□: af-personal-training

□□: 15.59 km/h

□□: 208

□□□□: 3:41 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 8 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 8 (of 286)

□□□□□□: 31:07

□□□□:

□□□□□: 2(of 91)

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 33:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	7:26	3:22	2	0:16	10	0:24	2.20	7:26	3:22	2	0:16	10	0:24
Rundenzeit	1.80	6:34	3:38	2	0:13	9	0:36	4.00	14:00	3:30	2	0:29	10	1:00
Rundenzeit	1.80	7:02	3:54	2	0:33	11	0:54	5.80	21:02	3:37	2	1:02	10	1:51
Rundenzeit	1.80	6:53	3:49	2	0:15	10	0:50	7.60	27:55	3:40	2	1:17	10	2:41
□□	1.80	6:43	3:43	2	0:11	11	6:34	9.40	34:38	3:41	2	1:28	8	3:31