



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Vehlow-Diekmann, Ute

□□: SG Stern Hamburg

□□: 382

□□: 9.40 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Frauen 50 bis 59 Jahre

□□□: 45:34

□□: 11.85 km/h

□□□□: 4:51 min/km

□□□□□/□□□: 94 (of 373)

□□□□□/□: 4 (of 87)

□□□□□□: 42:15

□□□□□: 1(of 18)

□□□□□□□: 45:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	9:57	4:31	1	-	6	1:29	2.20	9:57	4:31	1	-	6	1:29
Rundenzeit	1.80	8:37	4:47	1	-	5	1:18	4.00	18:34	4:38	1	-	7	2:47
Rundenzeit	1.80	8:52	4:55	1	-	5	1:01	5.80	27:26	4:43	1	-	6	3:48
Rundenzeit	1.80	9:07	5:03	1	-	5	1:03	7.60	36:33	4:48	1	-	5	4:51
□□	1.80	9:01	5:00	1	-	4	0:47	9.40	45:34	4:50	1	-	7	16:46