



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

□□□□

Schmidt, Anke

□□□: 45:42

□□: Triathlonfreunde Wittenberg

□□: 11.82 km/h

□□: 320

□□□□: 4:52 min/km

□□: 9.40 km

□□□□□/□□□: 95 (of 373)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 5 (of 87)

□□□□□□: 42:15

□□□□:

□□□□□: 3(of 34)

Frauen 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 42:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.20	9:46	4:26	3	0:36	5	1:18	2.20	9:46	4:26	3	0:36	5	1:18
Rundenzeit	1.80	8:37	4:47	3	0:40	5	1:18	4.00	18:23	4:35	3	1:16	5	2:36
Rundenzeit	1.80	9:05	5:02	6	0:56	10	1:14	5.80	27:28	4:44	4	2:12	7	3:50
Rundenzeit	1.80	9:12	5:06	4	0:49	7	1:08	7.60	36:40	4:49	3	3:01	6	4:58
□□	1.80	9:02	5:01	3	0:26	5	0:48	9.40	45:42	4:51	3	3:27	8	16:54