



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Dienemann, Daniela

□□□: 1:04:36

□□: Sömmerda

□□: 9.75 km/h

□□: 72

□□□□: 6:09 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 296 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 48 (of 88)

□□□□□□: 45:40

□□□□:

□□□□□: 14(of 28)

Frauen 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 45:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	14:12	6:45	21	5:23	71	5:23	2.10	14:12	6:45	21	5:23	71	5:23
Rundenzeit	2.10	12:18	5:51	14	3:13	46	10:40	4.20	26:30	6:18	18	8:36	56	8:36
Rundenzeit	2.10	12:42	6:02	16	3:28	45	3:28	6.30	39:12	6:13	17	11:57	52	11:57
Rundenzeit	2.10	13:00	6:11	14	3:31	46	3:31	8.40	52:12	6:12	16	15:23	51	15:23
□□	2.10	12:24	5:54	14	3:34	39	3:34	10.50	1:04:36	6:09	14	18:56	48	18:56