



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Metz-Rettmann, Ute

□□□: 1:10:28

□□: Jork

□□: 8.51 km/h

□□: 257

□□□□: 6:43 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 344 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 64 (of 88)

□□□□□□: 45:40

□□□□:

□□□□□: 9(of 16)

Frauen 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 50:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	13:51	6:35	9	3:55	62	5:02	2.10	13:51	6:35	9	3:55	62	5:02
Rundenzeit	2.10	13:19	6:20	9	3:28	61	11:41	4.20	27:10	6:28	10	7:23	62	9:16
Rundenzeit	2.10	13:50	6:35	9	3:50	62	4:36	6.30	41:00	6:30	10	11:13	62	13:45
Rundenzeit	2.10	14:51	7:04	11	4:40	66	5:22	8.40	55:51	6:38	10	15:53	64	19:02
□□	2.10	14:37	6:57	10	4:19	69	5:47	10.50	1:10:28	6:42	9	20:12	64	24:48