



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Paulmann, Taina

□□□: 1:15:10

□□: BSG Commerzbank Hannover

□□: 7.98 km/h

□□: 295

□□□□: 7:10 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 366 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 77 (of 88)

□□□□□□: 45:40

□□□□:

□□□□□: 21(of 22)

Frauen 40 bis 49 Jahre

□□□□□□: 48:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	14:10	6:44	21	5:12	70	5:21	2.10	14:10	6:44	21	5:12	70	5:21	
Rundenzeit	2.10	14:04	6:41	20	4:28	70	12:26	4.20	28:14	6:43	21	9:40	72	10:20	
Rundenzeit	2.10	15:07	7:11	20	5:18	76	5:53	6.30	43:21	6:52	21	14:58	76	16:06	
Rundenzeit	2.10	15:42	7:28	21	5:45	79	6:13	8.40	59:03	7:01	21	20:31	76	22:14	
□□	2.10	16:07	7:40	21	6:15	81	7:17	10.50	1:15:10	7:09	21	26:45	77	29:30	