



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Klug, Nadine

□□: Ronnenberg

□□: 197

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Frauen 30 bis 39 Jahre

□□□: 48:32

□□: 12.36 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 389)

□□□□□/□: 5 (of 88)

□□□□□□: 45:40

□□□□□: 4(of 28)

□□□□□□□: 45:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	9:27	4:29	4	0:38	5	0:38	2.10	9:27	4:29	4	0:38	5	0:38
Rundenzeit	2.10	9:31	4:31	4	0:26	5	7:53	4.20	18:58	4:30	4	1:04	5	1:04
Rundenzeit	2.10	9:51	4:41	4	0:37	6	0:37	6.30	28:49	4:34	4	1:34	5	1:34
Rundenzeit	2.10	10:01	4:46	4	0:32	6	0:32	8.40	38:50	4:37	4	2:01	5	2:01
□□	2.10	9:42	4:37	4	0:52	5	0:52	10.50	48:32	4:37	4	2:52	5	2:52