



19. Sondershäuser Kristall-Lauf  
Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Kruppen-Müller, Sabine

□□: LAV 07 Bad Harzburg e.V

□□: 214

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Frauen 40 bis 49 Jahre

□□□: 49:37

□□: 12.09 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□/□□□: 71 (of 389)

□□□□□/□: 7 (of 88)

□□□□□□: 45:40

□□□□□: 3(of 22)

□□□□□□□: 48:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	9:54	4:42	3	0:56	8	1:05	2.10	9:54	4:42	3	0:56	8	1:05	
Rundenzeit	2.10	9:52	4:41	3	0:16	11	8:14	4.20	19:46	4:42	3	1:12	7	1:52	
Rundenzeit	2.10	9:58	4:44	3	0:09	8	0:44	6.30	29:44	4:43	3	1:21	7	2:29	
Rundenzeit	2.10	9:57	4:44	1	-	5	0:28	8.40	39:41	4:43	3	1:09	7	2:52	
□□	2.10	9:56	4:43	3	0:04	8	1:06	10.50	49:37	4:43	3	1:12	7	3:57	