



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Kruse, Sven

□□: SG Stern Hamburg

□□: 216

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□: 51:40

□□: 11.61 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 389)

□□□□□/□: 89 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 31(of 68)

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	11:33	5:30	43	5:11	159	5:11	2.10	11:33	5:30	43	5:11	159	5:11
Rundenzeit	2.10	9:48	4:40	32	3:16	88	8:10	4.20	21:21	5:04	40	8:27	125	8:27
Rundenzeit	2.10	10:01	4:46	28	3:21	78	3:21	6.30	31:22	4:58	34	11:48	103	11:48
Rundenzeit	2.10	10:11	4:50	23	3:31	67	3:31	8.40	41:33	4:56	32	15:19	95	15:19
□□	2.10	10:07	4:49	25	3:23	78	3:23	10.50	51:40	4:55	31	18:42	89	18:42