



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Othmer, Pierre

□□□: 52:00

□□: Harter Kern

□□: 11.54 km/h

□□: 289

□□□□: 4:57 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 102 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 92 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 32(of 68)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:28	4:59	27	4:06	88	4:06	2.10	10:28	4:59	27	4:06	88	4:06
Rundenzeit	2.10	9:44	4:38	30	3:12	85	8:06	4.20	20:12	4:48	27	7:18	84	7:18
Rundenzeit	2.10	10:17	4:53	30	3:37	91	3:37	6.30	30:29	4:50	28	10:55	83	10:55
Rundenzeit	2.10	10:55	5:11	38	4:15	122	4:15	8.40	41:24	4:55	31	15:10	90	15:10
□□	2.10	10:36	5:02	37	3:52	108	3:52	10.50	52:00	4:57	32	19:02	92	19:02