



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Hahne, Jens

□□: HSV

□□: 145

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 52:01

□□: 11.53 km/h

□□□□: 4:57 min/km

□□□□□/□□□: 103 (of 389)

□□□□□/□: 94 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 27(of 83)

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:28	4:59	24	3:37	88	4:06	2.10	10:28	4:59	24	3:37	88	4:06
Rundenzeit	2.10	9:45	4:38	25	2:46	86	8:07	4.20	20:13	4:48	22	6:23	86	7:19
Rundenzeit	2.10	10:16	4:53	24	3:09	89	3:36	6.30	30:29	4:50	23	9:32	83	10:55
Rundenzeit	2.10	10:55	5:11	32	3:45	122	4:15	8.40	41:24	4:55	27	13:17	90	15:10
□□	2.10	10:37	5:03	26	3:26	110	3:53	10.50	52:01	4:57	27	16:43	94	19:03