



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Schurig, Alexander

□□□: 52:03

□□: Team Cobra

□□: 11.53 km/h

□□: 360

□□□□: 4:58 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 104 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 95 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 33(of 68)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	11:20	5:23	41	4:58	148	4:58	2.10	11:20	5:23	41	4:58	148	4:58	
Rundenzeit	2.10	9:58	4:44	37	3:26	100	8:20	4.20	21:18	5:04	39	8:24	120	8:24	
Rundenzeit	2.10	10:09	4:49	29	3:29	81	3:29	6.30	31:27	4:59	36	11:53	108	11:53	
Rundenzeit	2.10	10:21	4:55	27	3:41	78	3:41	8.40	41:48	4:58	33	15:34	98	15:34	
□□	2.10	10:15	4:52	28	3:31	87	3:31	10.50	52:03	4:57	33	19:05	95	19:05	