



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Ringer, Stefan

□□□: 53:13

□□: Fürth

□□: 11.27 km/h

□□: 317

□□□□: 5:04 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 123 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 109 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 1(of 2)

Junioren 16 bis 19 Jahre

□□□□□□□: 53:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	2.10	11:26	5:26	1	-	153	5:04	2.10	11:26	5:26	1	-	153	5:04
Rundenzeit	2.10	10:46	5:07	1	-	163	9:08	4.20	22:12	5:17	1	-	153	9:18
Rundenzeit	2.10	10:43	5:06	1	-	128	4:03	6.30	32:55	5:13	1	-	139	13:21
Rundenzeit	2.10	10:21	4:55	1	-	78	3:41	8.40	43:16	5:09	1	-	125	17:02
□□	2.10	9:57	4:44	1	-	63	3:13	10.50	53:13	5:04	1	-	109	20:15