



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Böhnke, Stefan

□□□: 53:39

□□: Erfurt

□□: 11.18 km/h

□□: 45

□□□□: 5:07 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 127 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 113 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 15(of 30)

Männer 20 bis 29 Jahre

□□□□□□□: 42:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	2.10	12:46	6:04	26	4:53	225	6:24	2.10	12:46	6:04	26	4:53	225	6:24
Rundenzeit	2.10	9:54	4:42	14	8:16	95	8:16	4.20	22:40	5:23	21	6:24	175	9:46
Rundenzeit	2.10	10:17	4:53	13	1:27	91	3:37	6.30	32:57	5:13	16	7:51	143	13:23
Rundenzeit	2.10	10:29	4:59	11	1:41	88	3:49	8.40	43:26	5:10	16	9:32	129	17:12
□□	2.10	10:13	4:51	16	1:51	84	3:29	10.50	53:39	5:06	15	11:23	113	20:41