



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Wandrowec, Marco

□□□: 53:52

□□: HäufigLäufig

□□: 11.14 km/h

□□: 420

□□□□: 5:08 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 133 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 117 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 16(of 30)

Männer 20 bis 29 Jahre

□□□□□□□: 42:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	2.10	10:40	5:04	13	2:47	108	4:18	2.10	10:40	5:04	13	2:47	108	4:18
Rundenzeit	2.10	11:10	5:19	25	9:32	198	9:32	4.20	21:50	5:11	17	5:34	142	8:56
Rundenzeit	2.10	11:09	5:18	22	2:19	159	4:29	6.30	32:59	5:14	17	7:53	144	13:25
Rundenzeit	2.10	10:51	5:09	15	2:03	115	4:11	8.40	43:50	5:13	17	9:56	139	17:36
□□	2.10	10:02	4:46	10	1:40	70	3:18	10.50	53:52	5:07	16	11:36	117	20:54