



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Zimmermann, Uli

□□□: 53:53

□□: Lauffreunde Zimmermann

□□: 11.14 km/h

□□: 452

□□□□: 5:08 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 136 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 119 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 4(of 24)

Männer 60 bis 69 Jahre

□□□□□□□: 43:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	11:17	5:22	6	2:47	143	4:55	2.10	11:17	5:22	6	2:47	143	4:55	
Rundenzeit	2.10	10:15	4:52	3	1:42	125	8:37	4.20	21:32	5:07	4	4:29	134	8:38	
Rundenzeit	2.10	10:44	5:06	5	1:56	132	4:04	6.30	32:16	5:07	4	6:25	128	12:42	
Rundenzeit	2.10	10:57	5:12	5	2:09	126	4:17	8.40	43:13	5:08	4	8:34	121	16:59	
□□	2.10	10:40	5:04	3	1:39	112	3:56	10.50	53:53	5:07	4	10:13	119	20:55	