



19. Sondershäuser Kristall-Lauf  
Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Braunreuther, Michael

□□□: 53:59

□□: SV Heilgersdorf

□□: 11.11 km/h

□□: 49

□□□□: 5:08 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 137 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 121 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 33(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	11:43	5:34	49	3:40	165	5:21	2.10	11:43	5:34	49	3:40	165	5:21
Rundenzeit	2.10	10:33	5:01	37	2:09	141	8:55	4.20	22:16	5:18	45	5:49	156	9:22
Rundenzeit	2.10	10:32	5:00	31	1:55	113	3:52	6.30	32:48	5:12	37	7:43	136	13:14
Rundenzeit	2.10	10:30	5:00	22	1:43	92	3:50	8.40	43:18	5:09	34	9:25	127	17:04
□□	2.10	10:41	5:05	28	2:20	115	3:57	10.50	53:59	5:08	33	11:28	121	21:01