



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Weidemann, Kai

□□□: 54:08

□□: Strassfurt

□□: 11.08 km/h

□□: 425

□□□□: 5:10 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 140 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 124 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 39(of 68)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:37	5:03	30	4:15	105	4:15	2.10	10:37	5:03	30	4:15	105	4:15
Rundenzeit	2.10	10:34	5:01	42	4:02	142	8:56	4.20	21:11	5:02	37	8:17	117	8:17
Rundenzeit	2.10	10:52	5:10	44	4:12	142	4:12	6.30	32:03	5:05	39	12:29	119	12:29
Rundenzeit	2.10	11:11	5:19	46	4:31	143	4:31	8.40	43:14	5:08	40	17:00	123	17:00
□□	2.10	10:54	5:11	39	4:10	126	4:10	10.50	54:08	5:09	39	21:10	124	21:10