



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Dinse, Stefan

□□: Weitramsdorf  
 □□: 76

□□: 10.50 km  
 10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:  
 Männer 20 bis 29 Jahre

□□□: 55:00

□□: 10.91 km/h  
 □□□□: 5:14 min/km

□□□□□/□□□: 156 (of 389)

□□□□□/□: 136 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 18(of 30)

□□□□□□□: 42:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:19	4:54	8	2:26	76	3:57	2.10	10:19	4:54	8	2:26	76	3:57
Rundenzeit	2.10	10:01	4:46	16	8:23	105	8:23	4.20	20:20	4:50	12	4:04	89	7:26
Rundenzeit	2.10	11:05	5:16	18	2:15	150	4:25	6.30	31:25	4:59	14	6:19	106	11:51
Rundenzeit	2.10	11:30	5:28	20	2:42	161	4:50	8.40	42:55	5:06	14	9:01	117	16:41
□□	2.10	12:05	5:45	25	3:43	201	5:21	10.50	55:00	5:14	18	12:44	136	22:02