



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Roeben, Stephan

□□: Düsseldorf
 □□: 323

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

□□□□:
 Männer 20 bis 29 Jahre

□□□: 55:16

□□: 10.86 km/h
 □□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 164 (of 389)

□□□□□/□: 142 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 19(of 30)

□□□□□□□: 42:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	12:14	5:49	21	4:21	193	5:52	2.10	12:14	5:49	21	4:21	193	5:52
Rundenzeit	2.10	10:03	4:47	17	8:25	110	8:25	4.20	22:17	5:18	18	6:01	157	9:23
Rundenzeit	2.10	10:44	5:06	16	1:54	132	4:04	6.30	33:01	5:14	19	7:55	146	13:27
Rundenzeit	2.10	11:15	5:21	19	2:27	146	4:35	8.40	44:16	5:16	19	10:22	146	18:02
□□	2.10	11:00	5:14	20	2:38	134	4:16	10.50	55:16	5:15	19	13:00	142	22:18