



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Haustein, Benny

□□: SG Stern Hamburg
 □□: 151

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

□□□□:
 Männer 30 bis 39 Jahre

□□□: 55:37

□□: 10.79 km/h
 □□□□: 5:18 min/km

□□□□□/□□□: 170 (of 389)

□□□□□/□: 147 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 44(of 68)

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	12:33	5:58	55	6:11	215	6:11	2.10	12:33	5:58	55	6:11	215	6:11
Rundenzeit	2.10	10:39	5:04	47	4:07	149	9:01	4.20	23:12	5:31	52	10:18	192	10:18
Rundenzeit	2.10	10:34	5:01	38	3:54	115	3:54	6.30	33:46	5:21	48	14:12	167	14:12
Rundenzeit	2.10	10:50	5:09	37	4:10	113	4:10	8.40	44:36	5:18	45	18:22	151	18:22
□□	2.10	11:01	5:14	44	4:17	137	4:17	10.50	55:37	5:17	44	22:39	147	22:39