



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Kudlek, Mathias

□□□: 55:48

□□: Hartmanns Reste

□□: 10.75 km/h

□□: 219

□□□□: 5:19 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 171 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 148 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 41(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Rundenzeit | 2.10 | 11:15 | 5:21 | 39 | 3:12 | 141 | 4:53 | 2.10 | 11:15 | 5:21 | 39 | 3:12 | 141 | 4:53 |
| Rundenzeit | 2.10 | 10:43 | 5:06 | 43 | 2:19 | 161 | 9:05 | 4.20 | 21:58 | 5:13 | 40 | 5:31 | 147 | 9:04 |
| Rundenzeit | 2.10 | 11:10 | 5:19 | 42 | 2:33 | 160 | 4:30 | 6.30 | 33:08 | 5:15 | 40 | 8:03 | 147 | 13:34 |
| Rundenzeit | 2.10 | 11:18 | 5:22 | 37 | 2:31 | 150 | 4:38 | 8.40 | 44:26 | 5:17 | 41 | 10:33 | 149 | 18:12 |
| □□ | 2.10 | 11:22 | 5:24 | 39 | 3:01 | 153 | 4:38 | 10.50 | 55:48 | 5:18 | 41 | 13:17 | 148 | 22:50 |