



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Kleczka, Jörg

□□: SC Langenhagen e.V.

□□: 196

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 56:14

□□: 11.20 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 178 (of 389)

□□□□□/□: 155 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 43(of 86)

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	11:20	5:23	42	3:17	148	4:58	2.10	11:20	5:23	42	3:17	148	4:58
Rundenzeit	2.10	10:46	5:07	44	2:22	163	9:08	4.20	22:06	5:15	42	5:39	149	9:12
Rundenzeit	2.10	11:11	5:19	43	2:34	162	4:31	6.30	33:17	5:16	43	8:12	152	13:43
Rundenzeit	2.10	11:27	5:27	40	2:40	156	4:47	8.40	44:44	5:19	44	10:51	156	18:30
□□	2.10	11:30	5:28	43	3:09	165	4:46	10.50	56:14	5:21	43	13:43	155	23:16