



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Unger, Jörg

□□: SV Burkhardtgrün
 □□: 407

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

□□□□:
 Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 56:17

□□: 10.66 km/h
 □□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 179 (of 389)

□□□□□/□: 156 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 44(of 86)

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:59	5:13	36	2:56	130	4:37	2.10	10:59	5:13	36	2:56	130	4:37
Rundenzeit	2.10	10:56	5:12	49	2:32	177	9:18	4.20	21:55	5:13	39	5:28	145	9:01
Rundenzeit	2.10	11:20	5:23	46	2:43	174	4:40	6.30	33:15	5:16	42	8:10	150	13:41
Rundenzeit	2.10	11:28	5:27	42	2:41	158	4:48	8.40	44:43	5:19	43	10:50	154	18:29
□□	2.10	11:34	5:30	45	3:13	169	4:50	10.50	56:17	5:21	44	13:46	156	23:19