



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Ehrenberg, Florian

□□: Bad Grund

□□: 93

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 20 bis 29 Jahre

□□□: 56:21

□□: 10.65 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 182 (of 389)

□□□□□/□: 159 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 21(of 30)

□□□□□□□: 42:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	11:54	5:40	18	4:01	177	5:32	2.10	11:54	5:40	18	4:01	177	5:32
Rundenzeit	2.10	10:32	5:00	21	8:54	140	8:54	4.20	22:26	5:20	19	6:10	162	9:32
Rundenzeit	2.10	11:06	5:17	19	2:16	151	4:26	6.30	33:32	5:19	21	8:26	161	13:58
Rundenzeit	2.10	11:33	5:30	21	2:45	163	4:53	8.40	45:05	5:22	21	11:11	163	18:51
□□	2.10	11:16	5:21	21	2:54	148	4:32	10.50	56:21	5:22	21	14:05	159	23:23