



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Wagener, Dirk

□□□: 56:55

□□: Grubenwehr Bergwerk Ost

□□: 10.54 km/h

□□: 418

□□□□: 5:25 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 193 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 170 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 47(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	12:00	5:42	55	3:57	183	5:38	2.10	12:00	5:42	55	3:57	183	5:38	
Rundenzeit	2.10	10:57	5:12	50	2:33	182	9:19	4.20	22:57	5:27	52	6:30	183	10:03	
Rundenzeit	2.10	11:15	5:21	44	2:38	169	4:35	6.30	34:12	5:25	49	9:07	181	14:38	
Rundenzeit	2.10	11:29	5:28	43	2:42	160	4:49	8.40	45:41	5:26	47	11:48	176	19:27	
□□	2.10	11:14	5:20	38	2:53	147	4:30	10.50	56:55	5:25	47	14:24	170	23:57	