



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

**Borck, Jan**

□□□: 43:01

□□: Der Kleine Muck

□□: 13.95 km/h

□□: 46

□□□□: 4:06 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 15 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 15 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 2(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	8:38	4:06	5	0:35	23	2:16	2.10	8:38	4:06	5	0:35	23	2:16
Rundenzeit	2.10	8:37	4:06	3	0:13	22	6:59	4.20	17:15	4:06	4	0:48	21	4:21
Rundenzeit	2.10	8:37	4:06	1	-	13	1:57	6.30	25:52	4:06	3	0:47	19	6:18
Rundenzeit	2.10	8:48	4:11	2	0:01	15	2:08	8.40	34:40	4:07	3	0:47	18	8:26
□□	2.10	8:21	3:58	1	-	10	1:37	10.50	43:01	4:05	2	0:30	15	10:03