



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

**Bürger, Silvio**

□□□: 58:31

□□: Rarámuri

□□: 10.77 km/h

□□: 63

□□□□: 5:34 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 211 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 187 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 49(of 83)

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:46	5:07	33	3:55	116	4:24	2.10	10:46	5:07	33	3:55	116	4:24
Rundenzeit	2.10	10:57	5:12	51	3:58	182	9:19	4.20	21:43	5:10	40	7:53	139	8:49
Rundenzeit	2.10	12:15	5:49	64	5:08	223	5:35	6.30	33:58	5:23	43	13:01	169	14:24
Rundenzeit	2.10	12:12	5:48	56	5:02	209	5:32	8.40	46:10	5:29	48	18:03	182	19:56
□□	2.10	12:21	5:52	59	5:10	219	5:37	10.50	58:31	5:34	49	23:13	187	25:33