



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Bürger, Silvio

□□□: 58:31

□□: Rarámuri

□□: 10.25 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 | - | - | □ | □ | 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 |