



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Verges, Guido

□□: Potsdam

□□: 409

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 59:26

□□: 10.10 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 226 (of 389)

□□□□□/□: 201 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 55(of 83)

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	11:15	5:21	41	4:24	141	4:53	2.10	11:15	5:21	41	4:24	141	4:53
Rundenzeit	2.10	11:08	5:18	56	4:09	195	9:30	4.20	22:23	5:19	42	8:33	160	9:29
Rundenzeit	2.10	12:35	5:59	69	5:28	236	5:55	6.30	34:58	5:33	54	14:01	195	15:24
Rundenzeit	2.10	12:12	5:48	56	5:02	209	5:32	8.40	47:10	5:36	54	19:03	198	20:56
□□	2.10	12:16	5:50	57	5:05	215	5:32	10.50	59:26	5:39	55	24:08	201	26:28