



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Lechel, Hermann

□□□: 59:41

□□: Seewolfjäger

□□: 10.05 km/h

□□: 230

□□□□: 5:41 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 229 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 204 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 53(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	12:05	5:45	57	4:02	186	5:43	2.10	12:05	5:45	57	4:02	186	5:43
Rundenzeit	2.10	11:50	5:38	62	3:26	227	10:12	4.20	23:55	5:41	56	7:28	208	11:01
Rundenzeit	2.10	11:59	5:42	55	3:22	201	5:19	6.30	35:54	5:41	56	10:49	208	16:20
Rundenzeit	2.10	12:06	5:45	53	3:19	195	5:26	8.40	48:00	5:42	57	14:07	214	21:46
□□	2.10	11:41	5:33	50	3:20	185	4:57	10.50	59:41	5:41	53	17:10	204	26:43