



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Liebermann, Rainer

□□□: 59:50

□□: Die Unglaublichen

□□: 10.03 km/h

□□: 236

□□□□: 5:42 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 230 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 205 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 54(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	12:32	5:58	59	4:29	214	6:10	2.10	12:32	5:58	59	4:29	214	6:10
Rundenzeit	2.10	11:33	5:30	55	3:09	212	9:55	4.20	24:05	5:44	58	7:38	215	11:11
Rundenzeit	2.10	11:56	5:40	54	3:19	199	5:16	6.30	36:01	5:43	57	10:56	213	16:27
Rundenzeit	2.10	11:47	5:36	47	3:00	178	5:07	8.40	47:48	5:41	53	13:55	203	21:34
□□	2.10	12:02	5:43	56	3:41	199	5:18	10.50	59:50	5:41	54	17:19	205	26:52