



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 | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| 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 |