



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

**Gafka, Michael**

□□: TSV Leinde

□□: 121

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 44:30

□□: 13.48 km/h

□□□□: 4:14 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 389)

□□□□□/□: 19 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 7(of 83)

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	8:24	4:00	8	1:33	17	2:02	2.10	8:24	4:00	8	1:33	17	2:02	
Rundenzeit	2.10	8:34	4:04	8	1:35	20	6:56	4.20	16:58	4:02	8	3:08	17	4:04	
Rundenzeit	2.10	8:53	4:13	8	1:46	20	2:13	6.30	25:51	4:06	8	4:54	17	6:17	
Rundenzeit	2.10	9:25	4:29	12	2:15	34	2:45	8.40	35:16	4:11	9	7:09	20	9:02	
□□	2.10	9:14	4:23	8	2:03	29	2:30	10.50	44:30	4:14	7	9:12	19	11:32	