



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Schramm, Norbert

□□□: 1:00:02

□□: Weitramsdorf

□□: 9.99 km/h

□□: 349

□□□□: 5:43 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 233 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 207 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 55(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|------------|------|-------|--------|----|------|-----|------|-------|---------|--------|----|-------|-----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Rundenzeit | 2.10 | 13:11 | 6:16 | 67 | 5:08 | 248 | 6:49 | 2.10 | 13:11 | 6:16 | 67 | 5:08 | 248 | 6:49 |
| Rundenzeit | 2.10 | 11:00 | 5:14 | 51 | 2:36 | 187 | 9:22 | 4.20 | 24:11 | 5:45 | 60 | 7:44 | 219 | 11:17 |
| Rundenzeit | 2.10 | 11:27 | 5:27 | 50 | 2:50 | 181 | 4:47 | 6.30 | 35:38 | 5:39 | 55 | 10:33 | 206 | 16:04 |
| Rundenzeit | 2.10 | 12:10 | 5:47 | 56 | 3:23 | 205 | 5:30 | 8.40 | 47:48 | 5:41 | 53 | 13:55 | 203 | 21:34 |
| □□ | 2.10 | 12:14 | 5:49 | 60 | 3:53 | 213 | 5:30 | 10.50 | 1:00:02 | 5:43 | 55 | 17:31 | 207 | 27:04 |