



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	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ 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