



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Resenthal, Jörg

□□: BSG Commerzbank Hannover
 □□: 310

□□: 10.50 km
 10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:
 Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 1:00:57

□□: 9.84 km/h
 □□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 250 (of 389)

□□□□□/□: 216 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 61(of 83)

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	13:37	6:29	72	6:46	261	7:15	2.10	13:37	6:29	72	6:46	261	7:15
Rundenzeit	2.10	11:58	5:41	67	4:59	235	10:20	4.20	25:35	6:05	74	11:45	252	12:41
Rundenzeit	2.10	12:05	5:45	60	4:58	211	5:25	6.30	37:40	5:58	69	16:43	238	18:06
Rundenzeit	2.10	11:49	5:37	47	4:39	180	5:09	8.40	49:29	5:53	65	21:22	228	23:15
□□	2.10	11:28	5:27	40	4:17	159	4:44	10.50	1:00:57	5:48	61	25:39	216	27:59