



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Arnold, Andreas

□□□: 1:03:17

□□: Mühlhausen

□□: 9.48 km/h

□□: 5

□□□□: 6:02 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 283 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 240 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 67(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:53	5:10	34	2:50	123	4:31	2.10	10:53	5:10	34	2:50	123	4:31
Rundenzeit	2.10	11:41	5:33	59	3:17	223	10:03	4.20	22:34	5:22	48	6:07	169	9:40
Rundenzeit	2.10	12:46	6:04	69	4:09	247	6:06	6.30	35:20	5:36	54	10:15	204	15:46
Rundenzeit	2.10	13:25	6:23	71	4:38	258	6:45	8.40	48:45	5:48	59	14:52	220	22:31
□□	2.10	14:32	6:55	78	6:11	277	7:48	10.50	1:03:17	6:01	67	20:46	240	30:19