



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Trosiener, Reiner

□□□: 1:04:19

□□: Stapelläufer

□□: 9.33 km/h

□□: 401

□□□□: 6:08 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 293 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 246 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 68(of 83)

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	2.10	13:26	6:23	71	6:35	253	7:04	2.10	13:26	6:23	71	6:35	253	7:04
Rundenzeit	2.10	12:35	5:59	72	5:36	255	10:57	4.20	26:01	6:11	75	12:11	258	13:07
Rundenzeit	2.10	12:53	6:08	71	5:46	250	6:13	6.30	38:54	6:10	74	17:57	258	19:20
Rundenzeit	2.10	12:54	6:08	68	5:44	237	6:14	8.40	51:48	6:09	73	23:41	254	25:34
□□	2.10	12:31	5:57	61	5:20	223	5:47	10.50	1:04:19	6:07	68	29:01	246	31:21