



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Jahn, Udo

□□: Weitramsdorf

□□: 184

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 45:41

□□: 13.13 km/h

□□□□: 4:21 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 389)

□□□□□/□: 25 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 10(of 83)

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	8:50	4:12	11	1:59	27	2:28	2.10	8:50	4:12	11	1:59	27	2:28
Rundenzeit	2.10	9:05	4:19	15	2:06	44	7:27	4.20	17:55	4:15	11	4:05	25	5:01
Rundenzeit	2.10	9:14	4:23	11	2:07	33	2:34	6.30	27:09	4:18	10	6:12	25	7:35
Rundenzeit	2.10	9:16	4:24	9	2:06	26	2:36	8.40	36:25	4:20	10	8:18	24	10:11
□□	2.10	9:16	4:24	10	2:05	31	2:32	10.50	45:41	4:21	10	10:23	25	12:43