



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

**Bernhardt, Stefan**

□□□: 1:07:19

□□: häufigläufig

□□: 8.91 km/h

□□: 28

□□□□: 6:25 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 323 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 266 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 65(of 68)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	12:58	6:10	62	6:36	238	6:36	2.10	12:58	6:10	62	6:36	238	6:36	
Rundenzeit	2.10	13:37	6:29	66	7:05	279	11:59	4.20	26:35	6:19	65	13:41	268	13:41	
Rundenzeit	2.10	13:46	6:33	64	7:06	271	7:06	6.30	40:21	6:24	64	20:47	268	20:47	
Rundenzeit	2.10	14:00	6:39	64	7:20	270	7:20	8.40	54:21	6:28	65	28:07	270	28:07	
□□	2.10	12:58	6:10	64	6:14	243	6:14	10.50	1:07:19	6:24	65	34:21	266	34:21	