



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Schimmer, Dirk

□□□: 1:13:44

□□: Grubenwehr Bergwerk Ost

□□: 8.14 km/h

□□: 335

□□□□: 7:01 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 359 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 287 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 81(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	14:53	7:05	84	6:50	294	8:31	2.10	14:53	7:05	84	6:50	294	8:31
Rundenzeit	2.10	14:32	6:55	83	6:08	292	12:54	4.20	29:25	7:00	84	12:58	294	16:31
Rundenzeit	2.10	14:47	7:02	82	6:10	286	8:07	6.30	44:12	7:00	82	19:07	291	24:38
Rundenzeit	2.10	15:12	7:14	81	6:25	287	8:32	8.40	59:24	7:04	81	25:31	290	33:10
□□	2.10	14:20	6:49	76	5:59	274	7:36	10.50	1:13:44	7:01	81	31:13	287	40:46