



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Rauhut, Sven

□□: ultraSPORT Kocher - Jagsttal
 □□: 308

□□: 10.50 km
 10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:
 Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 46:23

□□: 12.94 km/h
 □□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 389)

□□□□□/□: 32 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 12(of 83)

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	9:23	4:28	14	2:32	36	3:01	2.10	9:23	4:28	14	2:32	36	3:01
Rundenzeit	2.10	9:02	4:18	12	2:03	38	7:24	4.20	18:25	4:23	15	4:35	35	5:31
Rundenzeit	2.10	9:20	4:26	12	2:13	38	2:40	6.30	27:45	4:24	13	6:48	31	8:11
Rundenzeit	2.10	9:24	4:28	11	2:14	33	2:44	8.40	37:09	4:25	12	9:02	29	10:55
□□	2.10	9:14	4:23	8	2:03	29	2:30	10.50	46:23	4:25	12	11:05	32	13:25