



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

**Wagner, Heiko**

□□: SSV-MG-Ahlsdorf

□□: 419

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 46:57

□□: 12.78 km/h

□□□□: 4:28 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 389)

□□□□□/□: 38 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 9(of 86)

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	9:28	4:30	8	1:25	45	3:06	2.10	9:28	4:30	8	1:25	45	3:06
Rundenzeit	2.10	9:04	4:19	10	0:40	43	7:26	4.20	18:32	4:24	8	2:05	38	5:38
Rundenzeit	2.10	9:17	4:25	10	0:40	36	2:37	6.30	27:49	4:24	8	2:44	33	8:15
Rundenzeit	2.10	9:29	4:30	10	0:42	36	2:49	8.40	37:18	4:26	8	3:25	33	11:04
□□	2.10	9:39	4:35	13	1:18	48	2:55	10.50	46:57	4:28	9	4:26	38	13:59