



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Schröder, Dirk

□□□: 47:07

□□: ARGE Höhle und Karst Stuttgart

□□: 12.73 km/h

□□: 353

□□□□: 4:29 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 42 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 39 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 10(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:30	5:00	27	2:27	92	4:08	2.10	10:30	5:00	27	2:27	92	4:08	
Rundenzeit	2.10	8:58	4:16	8	0:34	32	7:20	4.20	19:28	4:38	18	3:01	66	6:34	
Rundenzeit	2.10	9:09	4:21	5	0:32	28	2:29	6.30	28:37	4:32	13	3:32	52	9:03	
Rundenzeit	2.10	9:13	4:23	6	0:26	24	2:33	8.40	37:50	4:30	12	3:57	45	11:36	
□□	2.10	9:17	4:25	8	0:56	32	2:33	10.50	47:07	4:29	10	4:36	39	14:09	