



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Steffen, Thomas

□□: TTU Köln
 □□: 376

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

□□□□:
 Männer 50 bis 59 Jahre

□□□: 47:27

□□: 12.64 km/h
 □□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 44 (of 389)

□□□□□/□: 41 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 11(of 86)

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	9:29	4:30	10	1:26	47	3:07	2.10	9:29	4:30	10	1:26	47	3:07
Rundenzeit	2.10	9:17	4:25	13	0:53	58	7:39	4.20	18:46	4:28	9	2:19	42	5:52
Rundenzeit	2.10	9:30	4:31	12	0:53	43	2:50	6.30	28:16	4:29	11	3:11	46	8:42
Rundenzeit	2.10	9:33	4:32	11	0:46	39	2:53	8.40	37:49	4:30	11	3:56	43	11:35
□□	2.10	9:38	4:35	12	1:17	47	2:54	10.50	47:27	4:31	11	4:56	41	14:29