



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Kruse, Mike

□□: LG Brunsberg

□□: 215

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□: 47:39

□□: 12.59 km/h

□□□□: 4:32 min/km

□□□□□/□□□: 47 (of 389)

□□□□□/□: 44 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 16(of 83)

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	9:14	4:23	12	2:23	31	2:52	2.10	9:14	4:23	12	2:23	31	2:52	
Rundenzeit	2.10	9:03	4:18	14	2:04	41	7:25	4.20	18:17	4:21	12	4:27	31	5:23	
Rundenzeit	2.10	9:31	4:31	16	2:24	45	2:51	6.30	27:48	4:24	14	6:51	32	8:14	
Rundenzeit	2.10	9:50	4:40	16	2:40	49	3:10	8.40	37:38	4:28	15	9:31	40	11:24	
□□	2.10	10:01	4:46	19	2:50	67	3:17	10.50	47:39	4:32	16	12:21	44	14:41	