



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Exner, Stephan

□□□: 48:36

□□: Erfurt

□□: 12.35 km/h

□□: 100

□□□□: 4:38 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 57 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 52 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 17(of 68)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:26	4:58	25	4:04	84	4:04	2.10	10:26	4:58	25	4:04	84	4:04	
Rundenzeit	2.10	8:46	4:10	9	2:14	27	7:08	4.20	19:12	4:34	17	6:18	56	6:18	
Rundenzeit	2.10	9:15	4:24	11	2:35	35	2:35	6.30	28:27	4:30	15	8:53	49	8:53	
Rundenzeit	2.10	10:07	4:49	21	3:27	64	3:27	8.40	38:34	4:35	16	12:20	51	12:20	
□□	2.10	10:02	4:46	24	3:18	70	3:18	10.50	48:36	4:37	17	15:38	52	15:38	