



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Düren, Richard

□□: Braunschweig

□□: 86

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 20 bis 29 Jahre

□□□: 49:07

□□: 12.22 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 65 (of 389)

□□□□□/□: 60 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 8(of 30)

□□□□□□□: 42:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:34	5:01	12	2:41	100	4:12	2.10	10:34	5:01	12	2:41	100	4:12	
Rundenzeit	2.10	9:13	4:23	7	7:35	54	7:35	4.20	19:47	4:42	10	3:31	76	6:53	
Rundenzeit	2.10	9:37	4:34	5	0:47	54	2:57	6.30	29:24	4:39	8	4:18	67	9:50	
Rundenzeit	2.10	9:59	4:45	5	1:11	57	3:19	8.40	39:23	4:41	8	5:29	63	13:09	
□□	2.10	9:44	4:38	7	1:22	51	3:00	10.50	49:07	4:40	8	6:51	60	16:09	