



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Kühnpast, Frank

□□□: 49:09

□□: Saalfelder LV

□□: 12.21 km/h

□□: 221

□□□□: 4:41 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 66 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 61 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 14(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:05	4:48	17	2:02	68	3:43	2.10	10:05	4:48	17	2:02	68	3:43
Rundenzeit	2.10	9:19	4:26	14	0:55	61	7:41	4.20	19:24	4:37	17	2:57	64	6:30
Rundenzeit	2.10	9:38	4:35	14	1:01	55	2:58	6.30	29:02	4:36	15	3:57	58	9:28
Rundenzeit	2.10	10:01	4:46	16	1:14	58	3:21	8.40	39:03	4:38	15	5:10	58	12:49
□□	2.10	10:06	4:48	19	1:45	77	3:22	10.50	49:09	4:40	14	6:38	61	16:11