



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Huneke, Rainer

□□□: 49:32

□□: Active Sportshop Herford

□□: 12.11 km/h

□□: 178

□□□□: 4:43 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 68 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 62 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 15(of 86)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 42:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	9:43	4:37	13	1:40	54	3:21	2.10	9:43	4:37	13	1:40	54	3:21
Rundenzeit	2.10	9:34	4:33	19	1:10	79	7:56	4.20	19:17	4:35	15	2:50	58	6:23
Rundenzeit	2.10	9:58	4:44	16	1:21	74	3:18	6.30	29:15	4:38	17	4:10	63	9:41
Rundenzeit	2.10	10:13	4:51	19	1:26	72	3:33	8.40	39:28	4:41	16	5:35	64	13:14
□□	2.10	10:04	4:47	17	1:43	75	3:20	10.50	49:32	4:43	15	7:01	62	16:34