



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Brückner, Lars

□□□: 50:08

□□: Chemnitz

□□: 11.97 km/h

□□: 56

□□□□: 4:46 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 77 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 69 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 20(of 83)

Männer 40 bis 49 Jahre

□□□□□□□: 35:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:30	5:00	25	3:39	92	4:08	2.10	10:30	5:00	25	3:39	92	4:08
Rundenzeit	2.10	9:43	4:37	24	2:44	84	8:05	4.20	20:13	4:48	22	6:23	86	7:19
Rundenzeit	2.10	9:57	4:44	21	2:50	72	3:17	6.30	30:10	4:47	22	9:13	78	10:36
Rundenzeit	2.10	10:05	4:48	19	2:55	62	3:25	8.40	40:15	4:47	22	12:08	74	14:01
□□	2.10	9:53	4:42	17	2:42	61	3:09	10.50	50:08	4:46	20	14:50	69	17:10