



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

**Brender, Matthias**

□□□: 50:41

□□: Red Residenz Coburg

□□: 11.84 km/h

□□: 50

□□□□: 4:50 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 85 (of 389)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 76 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 26(of 68)

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenzeit	2.10	10:41	5:05	31	4:19	111	4:19	2.10	10:41	5:05	31	4:19	111	4:19
Rundenzeit	2.10	9:42	4:37	29	3:10	83	8:04	4.20	20:23	4:51	30	7:29	93	7:29
Rundenzeit	2.10	9:57	4:44	26	3:17	72	3:17	6.30	30:20	4:48	26	10:46	80	10:46
Rundenzeit	2.10	10:12	4:51	24	3:32	69	3:32	8.40	40:32	4:49	25	14:18	77	14:18
□□	2.10	10:09	4:49	26	3:25	81	3:25	10.50	50:41	4:49	26	17:43	76	17:43