



19. Sondershäuser Kristall-Lauf  
Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

□□□□

Töpel, Dominik

□□: Auerstedt

□□: 398

□□: 10.50 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 30 bis 39 Jahre

□□□: 50:53

□□: 11.79 km/h

□□□□: 4:51 min/km

□□□□□/□□□: 90 (of 389)

□□□□□/□: 81 (of 301)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 27(of 68)

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

| □□□        | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Rundenzeit | 2.10     | 11:09    | 5:18         | 39      | 4:47    | 139     | 4:47    | 2.10  | 11:09     | 5:18          | 39      | 4:47    | 139     | 4:47    |
| Rundenzeit | 2.10     | 9:50     | 4:40         | 33      | 3:18    | 90      | 8:12    | 4.20  | 20:59     | 4:59          | 35      | 8:05    | 114     | 8:05    |
| Rundenzeit | 2.10     | 9:56     | 4:43         | 25      | 3:16    | 69      | 3:16    | 6.30  | 30:55     | 4:54          | 31      | 11:21   | 94      | 11:21   |
| Rundenzeit | 2.10     | 9:57     | 4:44         | 18      | 3:17    | 55      | 3:17    | 8.40  | 40:52     | 4:51          | 28      | 14:38   | 82      | 14:38   |
| □□         | 2.10     | 10:01    | 4:46         | 22      | 3:17    | 67      | 3:17    | 10.50 | 50:53     | 4:50          | 27      | 17:55   | 81      | 17:55   |