



12. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 07.11.2009

Detailauswertung

Bondkowski, Martin

Verein: AC Apolda
Startnummer: 45

Strecke: 10,00 km
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Kategorie:
Männer 50 bis 59 Jahre

Gesamt-Zeit: 56:44

Geschwindigkeit: 10,58 km/h
Laufleistung: 5:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 102 (von 404)
Strecken-Platzierung/Männer: 95 (von 311)
Bestzeit der Strecke: 41:58

Kategorie-Platzierung: 13(von 53)
Bestzeit in der Kategorie: 46:36