



## 12. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 07.11.2009

### Detailauswertung

**Sievers, Hanns-Dieter**

Verein: Viermärker Dortmund

Startnummer: 405

Strecke: 10,00 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Kategorie:

Männer 60 Jahre und älter

Gesamt-Zeit: 1:11:19

Geschwindigkeit: 8,41 km/h

Laufleistung: 7:08 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 316 (von 404)

Strecken-Platzierung/Männer: 265 (von 311)

Bestzeit der Strecke: 41:58

Kategorie-Platzierung: 14(von 20)

Bestzeit in der Kategorie: 51:25