



## 12. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 07.11.2009

### Exploitation détaillée

**Naß, Heiko**

Association: SV Kremmen

Dossard: 302

Circuit: 10.00 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Catégorie:

Männer 40 bis 49 Jahre

Temps total: 56:04

Vitesse: 10.70 km/h

Kilométrage: 5:37 min/km

Place par parcours/Total: 95 (de 404)

Place par parcours/Hommes: 88 (de 311)

Meilleur temps dans le parcours: 41:58

Place par catégorie: 35(de 134)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:51