



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

□□□□

**Bondkowski, Martin**

□□□: 56:44

□□: AC Apolda

□□: 10.58 km/h

□□: 45

□□□□: 5:40 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 102 (of 404)

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□□/□: 95 (of 311)

□□□□□□: 41:58

□□□□:

□□□□□: 13(of 53)

Männer 50 bis 59 Jahre

□□□□□□□: 46:36