



16. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf  
Brügman-Schacht Sondershausen / 26.10.2013

□□□□

Ziems, Helge

□□: LC Ron-Hill

□□: 526

□□: 11.70 km

11,7 km (680 m unter der Erdoberfläche)

□□□□:

Männer 70 bis 79 Jahre

□□□: 1:33:10

□□: 7.08 km/h

□□□□: 7:58 min/km

□□□□□/□□□: 456 (of 461)

□□□□□/□: 375 (of 376)

□□□□□□: 39:13

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 57:25