



## 11. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 08.11.2008

### Detailauswertung

**Dams, Frank**

Verein: LG Wilhelmshaven

Startnummer: 69

Strecke: 10,00 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Kategorie:

Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 57:01

Geschwindigkeit: 10,52 km/h

Laufleistung: 5:42 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 126 (von 431)

Strecken-Platzierung/Männer: 114 (von 339)

Bestzeit der Strecke: 39:11

Kategorie-Platzierung: 52(von 145)

Bestzeit in der Kategorie: 43:52