



## 12. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 07.11.2009

### Detailauswertung

**Henseler, Regina**

Verein: AS Neukirchen-Vluyn

Startnummer: 157

Strecke: 10,00 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Kategorie:

Frauen 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 1:04:00

Geschwindigkeit: 9,38 km/h

Laufleistung: 6:24 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 213 (von 404)

Strecken-Platzierung/Frauen: 24 (von 93)

Bestzeit der Strecke: 52:57

Kategorie-Platzierung: 11(von 37)

Bestzeit in der Kategorie: 53:08