



13. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf  
Brügman-Schacht Sondershausen / 06.11.2010

Detailauswertung

Pflug, Holger

Verein: Die Paul's and Friends  
Startnummer: 355

Strecke: 10,00 km  
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Kategorie:  
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 1:33:24

Geschwindigkeit: 6,42 km/h  
Laufleistung: 9:20 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 473 (von 478)  
Strecken-Platzierung/Männer: 381 (von 384)  
Bestzeit der Strecke: 41:45

Kategorie-Platzierung: 145(von 146)  
Bestzeit in der Kategorie: 44:43