



## 11. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 08.11.2008

### Detailed evaluation

#### Rückebeil, Henry

Club: LG Bad Frankenhausen/Göllingen  
Number: 380

Course: 10.00 km  
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Category:  
Männer 30 bis 39 Jahre

Total time: 1:00:43

Speed: 9.88 km/h  
Running performance: 6:04 min/km

Rank in course/Total: 196 (of 431)

Rank in course/Men: 178 (of 339)

Best time in course: 39:11

Rank in category: 39(of 68)

Best time in the category: 44:40