



## 11. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 08.11.2008

### Detailed evaluation

**Diener, Holger**

Club: Lgf Bad Grund

Number: 75

Course: 10.00 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Category:

Männer 30 bis 39 Jahre

Total time: 1:06:15

Speed: 9.06 km/h

Running performance: 6:37 min/km

Rank in course/Total: 264 (of 431)

Rank in course/Men: 234 (of 339)

Best time in course: 39:11

Rank in category: 51(of 68)

Best time in the category: 44:40