



12. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf  
Brügman-Schacht Sondershausen / 07.11.2009

Detailed evaluation

**Würstlein, Ralf**

Club: SV Heilgersdorf  
Number: 480

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

Category:  
Männer 40 bis 49 Jahre

Total time: 57:26

Speed: 10.45 km/h  
Running performance: 5:44 min/km

Rank in course/Total: 112 (of 404)

Rank in course/Men: 103 (of 311)

Best time in course: 41:58

Rank in category: 44(of 134)

Best time in the category: 44:51