



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

Detailed evaluation

**Füllgrabe, Uwe**

Club: Herzberg  
Number: 112

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

Category:  
Männer 40 bis 49 Jahre

Total time: 58:56

Speed: 10.18 km/h  
Running performance: 5:53 min/km

Rank in course/Total: 128 (of 404)

Rank in course/Men: 119 (of 311)

Best time in course: 41:58

Rank in category: 54(of 134)

Best time in the category: 44:51