



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

Detailed evaluation

Plüm, Hartmut

Club: AS Neukirchen-Vluyn  
Number: 323

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

Category:  
Männer 60 Jahre und älter

Total time: 1:13:51

Speed: 8.12 km/h  
Running performance: 7:23 min/km

Rank in course/Total: 344 (of 404)

Rank in course/Men: 284 (of 311)

Best time in course: 41:58

Rank in category: 16(of 20)

Best time in the category: 51:25