



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

Detailed evaluation

Sewing, Wolfgang

Club: AS Neukirchen-Vluyn
Number: 404

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

Category:
Männer 50 bis 59 Jahre

Total time: 1:19:17

Speed: 7.57 km/h
Running performance: 7:56 min/km

Rank in course/Total: 372 (of 404)

Rank in course/Men: 298 (of 311)

Best time in course: 41:58

Rank in category: 50(of 53)

Best time in the category: 46:36