



13. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 06.11.2010

Detailed evaluation

Ruf, Kai-Uwe

Club: Lindener Sportverein
Number: 382

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

Category:
Männer 50 bis 59 Jahre

Total time: 1:05:05

Speed: 9.22 km/h
Running performance: 6:31 min/km

Rank in course/Total: 224 (of 478)

Rank in course/Men: 198 (of 384)

Best time in course: 41:45

Rank in category: 36(of 81)

Best time in the category: 46:39