



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

Detailed evaluation

Lange, Heiko

Club: Scheffler Group  
Number: 268

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

Category:  
Männer 40 bis 49 Jahre

Total time: 1:08:31

Speed: 8.76 km/h  
Running performance: 6:51 min/km

Rank in course/Total: 297 (of 478)

Rank in course/Men: 253 (of 384)

Best time in course: 41:45

Rank in category: 104(of 146)

Best time in the category: 44:43