



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

Detailed evaluation

**Stahra, Hans**

Club: Polizei Essen  
Number: 438

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

Category:  
Männer 50 bis 59 Jahre

Total time: 1:09:26

Speed: 8.64 km/h  
Running performance: 6:56 min/km

Rank in course/Total: 322 (of 478)

Rank in course/Men: 273 (of 384)

Best time in course: 41:45

Rank in category: 59(of 81)

Best time in the category: 46:39