



## 13. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 06.11.2010

### Detailed evaluation

**Adolf, Silke**

Club: Hettstedter SV Blau Weiß e.V.

Number: 1

Course: 10.00 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Category:

Frauen 40 bis 49 Jahre

Total time: 1:14:00

Speed: 8.11 km/h

Running performance: 7:24 min/km

Rank in course/Total: 384 (of 478)

Rank in course/Women: 66 (of 94)

Best time in course: 51:13

Rank in category: 34(of 47)

Best time in the category: 51:13