



14. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 05.11.2011

Detailed evaluation

Helfst, Andreas

Club: Die Unterirdischen
Number: 178

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

Category:
Männer 40 bis 49 Jahre

Total time: 1:04:32

Speed: 9.30 km/h
Running performance: 6:27 min/km

Rank in course/Total: 200 (of 498)

Rank in course/Men: 182 (of 396)

Best time in course: 38:42

Rank in category: 65(of 134)

Best time in the category: 41:11