



## 14. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 05.11.2011

### Detailed evaluation

**Köhler, Ralf**

Club: VfL 28 Ellrich

Number: 427

Course: 10.00 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Category:

Männer 40 bis 49 Jahre

Total time: 1:24:41

Speed: 7.09 km/h

Running performance: 8:28 min/km

Rank in course/Total: 441 (of 498)

Rank in course/Men: 367 (of 396)

Best time in course: 38:42

Rank in category: 124(of 134)

Best time in the category: 41:11