



17. Internationaler Sondershäuser Kristalllauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 25.10.2014

Detailed evaluation

Frin, Rüdiger

Club: DJK Brakel
Number: 109

Course: 10.50 km
11,7 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Category:
Männer 50 bis 59 Jahre

Total time: 1:04:24

Speed: 9.32 km/h
Running performance: 6:08 min/km

Rank in course/Total: 159 (of 410)

Rank in course/Men: 140 (of 325)

Best time in course: 40:40

Rank in category: 31(of 80)

Best time in the category: 42:15