



## 17. Internationaler Sondershäuser Kristalllauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 25.10.2014

### Detailed evaluation

**Bender, Frank**

Club: KSC Magdeburg

Number: 29

Course: 10.50 km

11,7 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Category:

Männer 30 bis 39 Jahre

Total time: 48:18

Speed: 12.42 km/h

Running performance: 4:36 min/km

Rank in course/Total: 16 (of 410)

Rank in course/Men: 16 (of 325)

Best time in course: 40:40

Rank in category: 6(of 78)

Best time in the category: 40:40