



17. Internationaler Sondershäuser Kristalllauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 25.10.2014

Detailed evaluation

Lühring, Ralf

Club: MTV Müden/Örtze
Number: 267

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

Category:
Männer 40 bis 49 Jahre

Total time: 1:12:05

Speed: 8.32 km/h
Running performance: 6:52 min/km

Rank in course/Total: 259 (of 410)

Rank in course/Men: 224 (of 325)

Best time in course: 40:40

Rank in category: 75(of 114)

Best time in the category: 43:39