



12. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf  
Brügman-Schacht Sondershausen / 07.11.2009

evaluación detallada

**Dams, Frank**

Asociación: LG Wilhelmshaven  
Dorsal: 69

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

categoría:  
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 58:28

velocidad: 10.26 km/h  
rendimiento en carrera: 5:51 min/km

posición en el recorrido/Total: 123 (de 404)  
posición en el recorrido/Men: 114 (de 311)  
mejor tiempo del recorrido: 41:58

posición en la categoría: 49(de 134)  
mejor tiempo en la categoría: 44:51