



8. Kanonenbahnlauf  
Lengenfeld unterm Stein / 26.06.2010

evaluación detallada

**Kruse, Ralf**

Asociación: SV Schwarz Rot Wingerode  
Dorsal: 753

recorrido: 16.00 km  
Kanonenbahnlauf

categoría:  
Männer M40

tiempo total: 1:30:41

velocidad: 10.59 km/h  
rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 42 (de 83)  
posición en el recorrido/Men: 38 (de 66)  
mejor tiempo del recorrido: 1:02:34

posición en la categoría: 9(de 12)  
mejor tiempo en la categoría: 1:09:56