



## 13. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 06.11.2010

### evaluación detallada

**Christen, Roland**

Asociación: Bördeschnecken Hildesheim  
Dorsal: 79

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

categoría:  
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 1:09:18

velocidad: 8.66 km/h  
rendimiento en carrera: 6:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 319 (de 478)  
posición en el recorrido/Men: 270 (de 384)  
mejor tiempo del recorrido: 41:45

posición en la categoría: 108(de 146)  
mejor tiempo en la categoría: 44:43