



15. Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 27.10.2012

evaluación detallada

Ruijgrok, Paul

Asociación: de spartaan
Dorsal: 372

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

categoría:
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 52:49

velocidad: 11.36 km/h
rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 82 (de 451)
posición en el recorrido/Men: 75 (de 361)
mejor tiempo del recorrido: 39:02

posición en la categoría: 23(de 120)
mejor tiempo en la categoría: 41:03