



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