



## 12. Internationaler Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 07.11.2009

### Exploitation détaillée

**Rückebeil, Henry**

Association: LG Bad Frankenhausen/Göllingen

Dossard: 355

Circuit: 10.00 km

10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Catégorie:

Männer 30 bis 39 Jahre

Temps total: 1:05:13

Vitesse: 9.20 km/h

Kilométrage: 6:31 min/km

Place par parcours/Total: 233 (de 404)

Place par parcours/Hommes: 206 (de 311)

Meilleur temps dans le parcours: 41:58

Place par catégorie: 45(de 67)

Meilleur temps dans la catégorie: 43:45