



# 7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

## Detailauswertung

**Elsholz, Heiko**

Verein: Burghaun  
Startnummer: 433

Strecke: 9,75 km  
10 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 45:13**

Geschwindigkeit: 11,94 km/h  
Laufleistung: 4:38 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 21 (von 149)  
Strecken-Platzierung/Männer: 21 (von 105)  
Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 1(von 11)  
Bestzeit in der Kategorie: 45:13

Zwischenzeiten				Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	3,25	13:42	4:12	1	-	13	3:27	3,25	13:42	4:12	2	-	22	3:27
Runde 2	3,25	16:18	5:00	4	1:12	33	4:31	6,50	30:00	4:36	1	-	21	5:15
Letzte Runde Ziel	3,25	15:13	4:40	1	-	21	7:00	9,75	45:13	4:38	1	-	21	12:15