



### 3. Merkerser Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2009

#### Exploitation détaillée

**Sthamer, Heiko**

Association: Rennsteiglaufverein

Dossard: 160

Circuit: 9.45 km

10 km Lauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 42:11

Vitesse: 13.44 km/h

Kilométrage: 4:28 min/km

Place par parcours/Total: 20 (de 108)

Place par parcours/Hommes: 20 (de 90)

Meilleur temps dans le parcours: 34:24

Place par catégorie: 7(de 20)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:56