



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

WERNER, Roland

□□: CVJM Göttingen

□□: 221

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 50:19

□□: 11.63 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 103 (of 207)

□□□□□/□: 97 (of 156)

□□□□□□: 32:53

□□□□□: 20(of 22)

□□□□□□□: 32:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:18	5:00	17	5:43	92	5:43	3.25	16:18	5:00	5	2:20	95	5:43
□□ 2	3.25	17:06	5:15	20	6:05	98	6:05	6.50	33:24	5:08	4	4:36	95	11:48
□□□ □□	3.25	16:55	5:12	20	5:38	94	5:38	9.75	50:19	5:09	20	17:26	98	18:43