



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

ESCHE, Sonja

□□: LSV Lok Arnstadt

□□: 420

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Frauen W45

□□□: 51:18

□□: 10.53 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 108 (of 207)

□□□□□/□: 8 (of 51)

□□□□□□: 44:56

□□□□□: 3(of 10)

□□□□□□□: 46:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	15:58	4:54	3	0:44	7	0:50	3.25	15:58	4:54	3	0:44	33	
□□ 2	3.25	17:57	5:31	4	2:24	15	2:59	6.50	33:55	5:13	3	3:08	33	
□□□ □□	3.25	17:23	5:20	3	1:52	10	2:33	9.75	51:18	5:15	3	5:00	9	21:34