



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

BRÜSOW, Simone

□□: Lauffreunde Penkun

□□: 417

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Frauen W45

□□□: 53:34

□□: 10.08 km/h

□□□□: 5:29 min/km

□□□□□/□□□: 128 (of 207)

□□□□□/□: 17 (of 51)

□□□□□□: 44:56

□□□□□: 5(of 10)

□□□□□□□: 46:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	16:57	5:12	4	1:43	12	1:49	3.25	16:57	5:12	5	1:43	42	
□□ 2	3.25	18:17	5:37	5	2:44	17	3:19	6.50	35:14	5:25	5	4:27	42	
□□□ □□	3.25	18:20	5:38	6	2:49	21	3:30	9.75	53:34	5:29	5	7:16	18	23:50