



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

HOLTKAMP, Christian

□□□: 53:41

□□: TV Eiche 02 Bad Honnef

□□: 10.06 km/h

□□: 266

□□□□: 5:31 min/km

□□: 9.75 km

□□□□□/□□□: 130 (of 207)

10 km Lauf

□□□□□/□: 113 (of 156)

□□□□□□: 32:53

□□□□:

□□□□□: 13(of 15)

Männer M35

□□□□□□□: 39:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:15	5:18	13	4:45	114	6:40	3.25	17:15	5:18	13	4:45	113	6:40
□□ 2	3.25	18:14	5:36	13	4:41	114	7:13	6.50	35:29	5:27	13	9:26	113	13:53
□□□ □□	3.25	18:12	5:35	13	4:45	114	6:55	9.75	53:41	5:30	13	14:11	114	22:05