



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

RUHMANN, Andreas

□□: SG 1898 Chattengau e.V.

□□: 346

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 55:22

□□: 9.75 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 141 (of 207)

□□□□□/□: 121 (of 156)

□□□□□□: 32:53

□□□□□: 16(of 21)

□□□□□□□: 41:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:06	5:15	15	4:06	109	6:31	3.25	17:06	5:15	7	2:05	109	6:31
□□ 2	3.25	19:41	6:03	18	5:47	134	8:40	6.50	36:47	5:39	7	6:00	122	15:11
□□□ □□	3.25	18:35	5:43	16	4:31	120	7:18	9.75	55:22	5:40	16	14:14	122	23:46