



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

JOHNEN, Volker

□□: TV Arnoldsweiler

□□: 289

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 56:41

□□: 9.53 km/h

□□□□: 5:49 min/km

□□□□□/□□□: 159 (of 207)

□□□□□/□: 130 (of 156)

□□□□□□: 32:53

□□□□□: 19(of 20)

□□□□□□□: 37:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	18:31	5:41	16	6:31	122	7:56	3.25	18:31	5:41	3	3:38	128	7:56
□□ 2	3.25	19:09	5:53	18	6:27	127	8:08	6.50	37:40	5:47	3	6:41	130	16:04
□□□ □□	3.25	19:01	5:51	20	6:15	129	7:44	9.75	56:41	5:48	18	19:13	130	25:05