



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

STRIEBER, Rainer

□□: Bochum

□□: 443

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 1:00:44

□□: 9.63 km/h

□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□: 174 (of 207)

□□□□□/□: 138 (of 156)

□□□□□□: 32:53

□□□□□: 19(of 21)

□□□□□□□: 41:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	19:50	6:06	19	6:50	141	9:15	3.25	19:50	6:06	4	4:49	138	9:15
□□ 2	3.25	19:51	6:06	19	5:57	138	8:50	6.50	39:41	6:06	4	8:54	138	18:05
□□□ □□	3.25	21:03	6:28	20	6:59	142	9:46	9.75	1:00:44	6:13	19	19:36	139	29:08