



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

HÖLZEL, Holger

□□: Vorwärts Köln

□□: 52

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 3:41:55

□□: 11.36 km/h

□□□□: 5:15 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 143)

□□□□□/□: 40 (of 129)

□□□□□□: 2:55:38

□□□□□: 8(of 23)

□□□□□□□: 3:12:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:27	4:26	2	0:53	17	2:10	3.25	14:27	4:26	15	-	46	
□□ 2	3.25	15:26	4:44	5	1:45	33	2:35	6.50	29:53	4:35	15	-	46	
□□ 3	3.25	16:13	4:59	8	2:11	41	3:18	9.75	46:06	4:43	15	-	46	
□□ 4	3.25	16:21	5:01	7	2:18	41	3:28	13.00	1:02:27	4:48	15	-	34	
□□ 5	3.25	16:32	5:05	9	2:20	43	3:31	16.25	1:18:59	4:51	15	-	46	
□□ 6	3.25	16:17	5:00	5	1:50	34	3:24	19.50	1:35:16	4:53	15	-	46	
□□ 7	3.25	17:00	5:13	10	2:27	47	3:50	22.75	1:52:16	4:56	15	-	46	
□□ 8	3.25	17:00	5:13	7	2:21	39	3:28	26.00	2:09:16	4:58	15	-	42	25:02
□□ 9	3.25	18:02	5:32	10	3:11	46	4:24	29.25	2:27:18	5:02	15	-	42	29:14
□□ 10	3.25	17:05	5:15	4	1:51	28	3:02	32.50	2:44:23	5:03	15	-	41	32:16
□□ 11	3.25	18:00	5:32	5	2:24	31	3:52	35.75	3:02:23	5:06	15	-	40	36:08
□□ 12	3.25	19:18	5:56	9	3:11	46	5:27	39.00	3:21:41	5:10	15	-	40	40:43
□□□ □□	3.25	20:14	6:13	10	4:11	62	6:39	42.25	3:41:55	5:15	10	1:10:15	46	1:12:12