



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

MOCK, Michael

□□: FFW Werningshausen

□□: 222

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 45:34

□□: 11.85 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 207)

□□□□□/□: 51 (of 156)

□□□□□□: 32:53

□□□□□: 16(of 22)

□□□□□□□: 32:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	13:56	4:17	11	3:21	33	3:21	3.25	13:56	4:17	8		51	3:21
□□ 2	3.25	15:31	4:46	16	4:30	51	4:30	6.50	29:27	4:31	8	0:39	36	7:51
□□□ □□	3.25	16:07	4:57	17	4:50	70	4:50	9.75	45:34	4:40	16	12:41	52	13:58