



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

□□□□

BLOCK, Sonja

□□: Suhl

□□: 413

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Frauen W45

□□□: 47:07

□□: 11.46 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□□: 69 (of 207)

□□□□□/□: 3 (of 51)

□□□□□□: 44:56

□□□□□: 2(of 10)

□□□□□□□: 46:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	15:23	4:44	2	0:09	5	0:15	3.25	15:23	4:44	2	0:09	28	
□□ 2	3.25	15:51	4:52	2	0:18	3	0:53	6.50	31:14	4:48	2	0:27	28	
□□□ □□	3.25	15:53	4:53	2	0:22	3	1:03	9.75	47:07	4:49	2	0:49	4	17:23