



# 7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Metje, Thomas

□□: Emmerthal

□□: 452

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:00:19

□□: 8.95 km/h

□□□□: 6:11 min/km

□□□□□/□□□: 113 (of 149)

□□□□□/□: 88 (of 105)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 39:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	19:02	5:51	9	6:14	90	8:47	3.25	19:02	5:51	9	6:14	90	8:47
□□ 2	3.25	20:18	6:14	9	6:54	86	8:31	6.50	39:20	6:03	9	13:08	88	14:35
□□□ □□	3.25	20:59	6:27	10	7:43	91	12:46	9.75	1:00:19	6:11	9	20:51	89	27:21