



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Bodenheimer, Jörg

□□: TriaTeamTaunusstein

□□: 404

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:04:07

□□: 8.42 km/h

□□□□: 6:35 min/km

□□□□□/□□□: 127 (of 149)

□□□□□/□: 97 (of 105)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 10(of 11)

□□□□□□□: 45:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	19:19	5:56	9	5:37	93	9:04	3.25	19:19	5:56	10		97	9:04
□□ 2	3.25	22:33	6:56	10	7:27	99	10:46	6.50	41:52	6:26	9	11:52	95	17:07
□□□ □□	3.25	22:15	6:50	10	7:02	98	14:02	9.75	1:04:07	6:34	10	18:54	98	31:09