



# 7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

**Bender, Hans**

□□: Egger Holzwerkstoffe Wismar

□□: 14

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:42:45

□□: 12.85 km/h

□□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□□: 9 (of 128)

□□□□□/□: 9 (of 109)

□□□□□□: 1:26:57

□□□□□: 1(of 12)

□□□□□□□: 1:42:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:52	4:34	3	1:07	19	2:36	3.25	14:52	4:34	1	-	14	14:52	
□□ 2	3.25	14:07	4:20	1	-	11	1:50	6.50	28:59	4:27	1	-	14	28:59	
□□ 3	3.25	13:59	4:18	1	-	5	1:48	9.75	42:58	4:24	1	-	12	42:58	
□□ 4	3.25	14:41	4:31	1	-	9	2:29	13.00	57:39	4:26	1	-	11	57:39	
□□ 5	3.25	15:05	4:38	1	-	10	2:30	16.25	1:12:44	4:28	1	-	10	57:55	
□□ 6	3.25	15:16	4:41	1	-	11	2:38	19.50	1:28:00	4:30	1	-	10	55:20	
□□□ □□	3.25	14:45	4:32	1	-	11	14:20	22.75	1:42:45	4:30	1	-	14	58:21	