



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Opitz, Stefan

□□: Nordheim

□□: 307

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:46:21

□□: 12.83 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 14 (of 128)

□□□□□/□: 14 (of 109)

□□□□□□: 1:26:57

□□□□□: 1(of 21)

□□□□□□□: 1:46:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:57	5:12	7	2:29	52	4:41	3.25	16:57	5:12	19	-	-	25	16:57
□□ 2	3.25	15:34	4:47	2	0:48	27	3:17	6.50	32:31	5:00	19	-	-	25	32:31
□□ 3	3.25	15:16	4:41	2	0:23	17	3:05	9.75	47:47	4:54	19	-	-	22	47:47
□□ 4	3.25	15:32	4:46	2	0:32	17	3:20	13.00	1:03:19	4:52	19	-	-	21	1:03:19
□□ 5	3.25	15:23	4:44	1	-	12	2:48	16.25	1:18:42	4:50	19	-	-	20	1:03:53
□□ 6	3.25	14:07	4:20	1	-	3	1:29	19.50	1:32:49	4:45	19	-	-	19	1:00:09
□□□ □□	3.25	13:32	4:09	2	13:07	5	13:07	22.75	1:46:21	4:40	2	33:01	-	20	1:01:57