



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Röschke, Dirk

□□: Kahlenberg

□□: 102

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:51:42

□□: 11.82 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 20 (of 128)

□□□□□/□: 20 (of 109)

□□□□□□: 1:26:57

□□□□□: 5(of 21)

□□□□□□□: 1:38:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:49	5:10	12	3:52	49	4:33	3.25	16:49	5:10	16	2:29	26	16:49	
□□ 2	3.25	16:14	4:59	10	3:00	37	3:57	6.50	33:03	5:05	16	3:04	26	33:03	
□□ 3	3.25	16:16	5:00	7	2:39	31	4:05	9.75	49:19	5:03	16		23	49:19	
□□ 4	3.25	16:07	4:57	6	2:19	22	3:55	13.00	1:05:26	5:01	16		22	1:05:26	
□□ 5	3.25	16:15	5:00	5	2:11	19	3:40	16.25	1:21:41	5:01	16		21	1:06:52	
□□ 6	3.25	15:23	4:44	4	1:18	13	2:45	19.50	1:37:04	4:58	16		20	1:04:24	
□□□ □□	3.25	14:38	4:30	3	0:47	10	14:13	22.75	1:51:42	4:54	7	54:18	26	1:07:18	