



# 7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Hellmich, Carsten

□□: TSG Wellerode

□□: 65

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:50:32

□□: 11.94 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 128)

□□□□□/□: 19 (of 109)

□□□□□□: 1:26:57

□□□□□: 4(of 14)

□□□□□□□: 1:26:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:03	4:19	4	1:47	11	1:47	3.25	14:03	4:19	4	1:47	27	14:03	
□□ 2	3.25	14:20	4:24	4	2:03	14	2:03	6.50	28:23	4:21	4	3:50	27	28:23	
□□ 3	3.25	15:56	4:54	5	3:45	21	3:45	9.75	44:19	4:32	4	7:35	24	44:19	
□□ 4	3.25	16:18	5:00	5	4:06	27	4:06	13.00	1:00:37	4:39	4	11:41	23	1:00:37	
□□ 5	3.25	16:24	5:02	4	3:49	22	3:49	16.25	1:17:01	4:44	4	15:30	22	1:02:12	
□□ 6	3.25	16:39	5:07	4	4:01	20	4:01	19.50	1:33:40	4:48	4	19:31	21	1:01:00	
□□□ □□	3.25	16:52	5:11	3	4:04	24	16:27	22.75	1:50:32	4:51	4	23:35	25	1:06:08	