



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Höhre, Claus

□□: TSG Wellerode

□□: 64

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:53:23

□□: 11.64 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□□: 22 (of 128)

□□□□□/□: 22 (of 109)

□□□□□□: 1:26:57

□□□□□: 5(of 12)

□□□□□□□: 1:42:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:03	4:19	2	0:18	11	1:47	3.25	14:03	4:19	5			27	14:03
□□ 2	3.25	14:51	4:34	4	0:44	20	2:34	6.50	28:54	4:26	5			34	28:54
□□ 3	3.25	16:01	4:55	4	2:02	24	3:50	9.75	44:55	4:36	5	1:57		31	44:55
□□ 4	3.25	16:28	5:03	6	1:47	32	4:16	13.00	1:01:23	4:43	5	3:44		30	1:01:23
□□ 5	3.25	16:42	5:08	6	1:37	28	4:07	16.25	1:18:05	4:48	5	5:21		29	1:03:16
□□ 6	3.25	17:49	5:28	7	2:33	43	5:11	19.50	1:35:54	4:55	5	7:54		28	1:03:14
□□□ □□	3.25	17:29	5:22	5	2:44	33	17:04	22.75	1:53:23	4:59	5	10:38		28	1:08:59