



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Dischert, Kai-Dan

□□: SC Neuenstein

□□: 131

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:05:30

□□: 10.52 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 128)

□□□□□/□: 52 (of 109)

□□□□□□: 1:26:57

□□□□□: 8(of 21)

□□□□□□□: 1:46:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:09	4:58	3	1:41	34	3:53	3.25	16:09	4:58	13			57	16:09
□□ 2	3.25	16:19	5:01	5	1:33	41	4:02	6.50	32:28	4:59	13			57	32:28
□□ 3	3.25	17:11	5:17	6	2:18	52	5:00	9.75	49:39	5:05	13			36	49:39
□□ 4	3.25	18:00	5:32	8	3:00	58	5:48	13.00	1:07:39	5:12	13			53	1:07:39
□□ 5	3.25	18:43	5:45	10	3:20	66	6:08	16.25	1:26:22	5:18	13			52	1:11:33
□□ 6	3.25	19:24	5:58	11	5:17	68	6:46	19.50	1:45:46	5:25	13			51	1:13:06
□□□ □□	3.25	19:44	6:04	12	19:19	72	19:19	22.75	2:05:30	5:30	9	52:10		58	1:21:06