



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Lange, Heiko

□□: Viba-Anschütz

□□: 79

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:07:34

□□: 10.35 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 67 (of 128)

□□□□□/□: 62 (of 109)

□□□□□□: 1:26:57

□□□□□: 10(of 16)

□□□□□□□: 1:39:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:45	5:09	6	2:29	45	4:29	3.25	16:45	5:09	6	16:45	39	16:45
□□ 2	3.25	17:10	5:16	10	3:16	60	4:53	6.50	33:55	5:13	10	33:55	64	33:55
□□ 3	3.25	17:49	5:28	11	3:45	64	5:38	9.75	51:44	5:18	10	51:44	61	51:44
□□ 4	3.25	19:36	6:01	14	5:21	84	7:24	13.00	1:11:20	5:29	10	1:11:20	61	1:11:20
□□ 5	3.25	18:19	5:38	10	3:54	56	5:44	16.25	1:29:39	5:31	10	1:14:50	60	1:14:50
□□ 6	3.25	19:22	5:57	12	5:03	66	6:44	19.50	1:49:01	5:35	10	1:16:21	58	1:16:21
□□□ □□	3.25	18:33	5:42	10	4:07	55	18:08	22.75	2:07:34	5:36	10	27:55	68	1:23:10