



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Lehnert, Oliver

□□□: 45:13

□□: Nein-Doch-OOOOHHH

□□: 11.94 km/h

□□: 362

□□□□: 4:38 min/km

□□: 9.75 km

□□□□□/□□□: 22 (of 149)

10 km Lauf

□□□□□/□: 21 (of 105)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 4(of 13)

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□□□□□: 36:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:31	4:28	3	2:34	19	4:16	3.25	14:31	4:28	4	2:34	23	4:16
□□ 2	3.25	15:22	4:43	5	3:02	23	3:35	6.50	29:53	4:35	4	5:36	22	5:08
□□□ □□	3.25	15:20	4:43	4	2:49	22	7:07	9.75	45:13	4:38	4	8:25	21	12:15