



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Schmieder, Sebastian

□□□: 2:20:48

□□: Untrainierbar e.V.

□□: 9.38 km/h

□□: 73

□□□□: 6:11 min/km

□□: 22.75 km

□□□□□/□□□: 94 (of 128)

Halbmarathon

□□□□□/□: 87 (of 109)

□□□□□□: 1:26:57

□□□□:

□□□□□: 11(of 12)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 1:42:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:38	5:44	9	4:53	84	6:22	3.25	18:38	5:44	9	3:46	83	18:38	
□□ 2	3.25	19:17	5:56	10	5:10	90	7:00	6.50	37:55	5:49	11	8:56	88	37:55	
□□ 3	3.25	19:12	5:54	9	5:13	88	7:01	9.75	57:07	5:51	11	14:09	85	57:07	
□□ 4	3.25	20:31	6:18	10	5:50	91	8:19	13.00	1:17:38	5:58	9	19:59	79	1:17:38	
□□ 5	3.25	19:43	6:03	11	4:38	83	7:08	16.25	1:37:21	5:59	11	24:37	83	1:22:32	
□□ 6	3.25	21:38	6:39	11	6:22	91	9:00	19.50	1:58:59	6:06	11	30:59	82	1:26:19	
□□□ □□	3.25	21:49	6:42	11	7:04	86	21:24	22.75	2:20:48	6:11	11	38:03	93	1:36:24	