



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Haase, Bernd

□□: LT Düsseldorf/CaBaNauTeN

□□: 563

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:17:59

□□: 9.57 km/h

□□□□: 6:04 min/km

□□□□□/□□□: 88 (of 128)

□□□□□/□: 81 (of 109)

□□□□□□: 1:26:57

□□□□□: 13(of 21)

□□□□□□□: 1:46:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	22:40	6:58	19	8:12	103	10:24	3.25	22:40	6:58	5	4:03	97	22:40	
□□ 2	3.25	19:31	6:00	14	4:45	96	7:14	6.50	42:11	6:29	5	5:06	97	42:11	
□□ 3	3.25	19:13	5:54	14	4:20	89	7:02	9.75	1:01:24	6:17	5	5:57	94	1:01:24	
□□ 4	3.25	19:33	6:00	14	4:33	83	7:21	13.00	1:20:57	6:13	5	7:06	93	1:20:57	
□□ 5	3.25	19:04	5:51	12	3:41	71	6:29	16.25	1:40:01	6:09	5	7:41	92	1:25:12	
□□ 6	3.25	18:53	5:48	9	4:46	58	6:15	19.50	1:58:54	6:05	5	7:33	91	1:26:14	
□□□ □□	3.25	19:05	5:52	9	18:40	63	18:40	22.75	2:17:59	6:03	14	1:04:39	87	1:33:35	