



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Kappler, Thomas

□□: Tom-läuft.de

□□: 616

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 3:59:49

□□: 10.57 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 71 (of 148)

□□□□□/□: 70 (of 130)

□□□□□□: 2:45:50

□□□□□: 18(of 28)

□□□□□□□: 2:51:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	19:48	6:05	28	7:00	119	7:32	3.25	19:48	6:05	11	2:49	74	7:00	
□□ 2	3.25	18:37	5:43	27	5:13	102	5:59	6.50	38:25	5:54	11	3:53	74	12:13	
□□ 3	3.25	18:53	5:48	26	5:52	104	6:22	9.75	57:18	5:52	11	4:47	74	17:01	
□□ 4	3.25	19:14	5:55	26	6:17	108	6:43	13.00	1:16:32	5:53	11	5:50	74	21:44	
□□ 5	3.25	19:02	5:51	26	5:54	105	6:25	16.25	1:35:34	5:52	11	6:55	74	25:43	
□□ 6	3.25	19:15	5:55	25	6:20	103	6:37	19.50	1:54:49	5:53	11	8:20	74	28:07	
□□ 7	3.25	18:56	5:49	22	5:38	92	6:16	22.75	2:13:45	5:52	11	9:56	74	29:05	
□□ 8	3.25	18:54	5:48	19	5:36	82	6:17	26.00	2:32:39	5:52	11	11:07	73	26:45	
□□ 9	3.25	19:20	5:56	20	6:08	81	6:37	29.25	2:51:59	5:52	11	12:22	73	29:08	
□□ 10	3.25	18:06	5:34	10	4:41	39	5:17	32.50	3:10:05	5:50	11	12:18	71	29:27	
□□ 11	3.25	16:59	5:13	3	3:45	18	3:57	35.75	3:27:04	5:47	11	10:48	71	26:55	
□□ 12	3.25	16:39	5:07	3	3:12	14	3:15	39.00	3:43:43	5:44	11	8:15	70	23:42	
□□□ □□	3.25	16:06	4:57	5	15:49	17	15:49	42.25	3:59:49	5:40	19	2:14:52	75	3:39:38	