



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Lenz, Christian

□□: HAZ-Laufgruppe

□□: 327

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 49:41

□□: 10.87 km/h

□□□□: 5:06 min/km

□□□□□/□□□: 42 (of 149)

□□□□□/□: 40 (of 105)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 11(of 24)

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 3.25 | 15:39 | 4:48 | 10 | 5:24 | 39 | 5:24 | 3.25 | 15:39 | 4:48 | 14 | - | 42 | 5:24 |
| □□ 2 | 3.25 | 16:53 | 5:11 | 11 | 3:07 | 44 | 5:06 | 6.50 | 32:32 | 5:00 | 14 | - | 40 | 7:47 |
| □□□ □□ | 3.25 | 17:09 | 5:16 | 14 | 8:56 | 47 | 8:56 | 9.75 | 49:41 | 5:05 | 12 | 16:43 | 41 | 16:43 |