



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Leser, Reiner

□□□: 50:30

□□: Erlebnis Bergwerk Merkers

□□: 10.69 km/h

□□: 478

□□□□: 5:11 min/km

□□: 9.75 km

□□□□□/□□□: 46 (of 149)

10 km Lauf

□□□□□/□: 44 (of 105)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 7(of 18)

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□□□□□: 39:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:43	5:08	10	3:56	56	6:28	3.25	16:43	5:08	13			47	6:28
□□ 2	3.25	16:42	5:08	6	3:17	42	4:55	6.50	33:25	5:08	13			45	8:40
□□□ □□	3.25	17:05	5:15	6	3:47	45	8:52	9.75	50:30	5:10	7	11:00		45	17:32