



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Schumann, Ralf

□□□: 50:55

□□: Gehaus

□□: 10.61 km/h

□□: 447

□□□□: 5:13 min/km

□□: 9.75 km

□□□□□/□□□: 53 (of 149)

10 km Lauf

□□□□□/□: 50 (of 105)

□□□□□□: 32:58

□□□□:

□□□□□: 14(of 24)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:56	5:12	14	6:41	61	6:41	3.25	16:56	5:12	11	0:11	51	6:41
□□ 2	3.25	17:13	5:17	13	3:27	48	5:26	6.50	34:09	5:15	11	0:27	49	9:24
□□□ □□	3.25	16:46	5:09	12	8:33	42	8:33	9.75	50:55	5:13	15	17:57	51	17:57