



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Ladwig, Jan

□□: EGGER Running Division

□□: 319

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 55:21

□□: 9.76 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□□: 83 (of 149)

□□□□□/□: 69 (of 105)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 18(of 24)

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:16	5:18	16	7:01	65	7:01	3.25	17:16	5:18	7	0:31	70	7:01
□□ 2	3.25	19:01	5:51	19	5:15	70	7:14	6.50	36:17	5:34	7	2:35	68	11:32
□□□ □□	3.25	19:04	5:51	20	10:51	70	10:51	9.75	55:21	5:40	19	22:23	70	22:23