



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

□□□□

Spindler, Steffen

□□: Egger Holzwerkstoffe Wismar

□□: 318

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 56:36

□□: 9.54 km/h

□□□□: 5:49 min/km

□□□□□/□□□: 92 (of 149)

□□□□□/□: 76 (of 105)

□□□□□□: 32:58

□□□□□: 20(of 24)

□□□□□□□: 32:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:54	5:30	19	7:39	75	7:39	3.25	17:54	5:30	4	1:09	79	7:39
□□ 2	3.25	19:04	5:51	20	5:18	71	7:17	6.50	36:58	5:41	4	3:16	74	12:13
□□□ □□	3.25	19:38	6:02	21	11:25	78	11:25	9.75	56:36	5:48	21	23:38	77	23:38