



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Metje, Thomas

□□: LG Grohnde

□□: 1110

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:00:52

□□: 9.61 km/h

□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□: 118 (of 163)

□□□□□/□: 94 (of 115)

□□□□□□: 34:41

□□□□□: 18(of 19)

□□□□□□□: 39:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	19:34	6:01	18	7:08	97	8:22	3.25	19:34	6:01	3	4:47	94	8:22
□□ 2	3.25	21:06	6:29	18	7:44	96	9:23	6.50	40:40	6:15	3	8:47	94	17:40
□□□ □□	3.25	20:12	6:12	18	6:59	88	8:48	9.75	1:00:52	6:14	18	21:47	94	26:11