



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Seilkopf, Dominik

□□: Fettbemmenbrigade

□□: 369

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:48:42

□□: 12.14 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 45 (of 188)

□□□□□/□: 44 (of 156)

□□□□□□: 1:25:29

□□□□□: 11(of 30)

□□□□□□□: 1:25:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	13:44	4:13	11	2:10	26	2:10	3.25	13:44	4:13	21			45	
□□ 2	3.25	14:46	4:32	10	2:29	33	2:29	6.50	28:30	4:23	21			45	
□□ 3	3.25	15:11	4:40	10	2:52	38	2:52	9.75	43:41	4:28	21			45	
□□ 4	3.25	15:38	4:48	11	3:19	47	3:19	13.00	59:19	4:33	21			25	10:50
□□ 5	3.25	16:12	4:59	12	3:54	54	3:54	16.25	1:15:31	4:38	21			31	14:44
□□ 6	3.25	17:14	5:18	14	4:49	67	4:49	19.50	1:32:45	4:45	20			43	19:33
□□□ □□	3.25	15:57	4:54	11	3:40	43	3:40	22.75	1:48:42	4:46	11	23:13	44	23:13	