



# 8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Elmshäuser, Stefan

□□: team-naunheim.de

□□: 231

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:50:26

□□: 11.95 km/h

□□□□: 4:51 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 188)

□□□□□/□: 50 (of 156)

□□□□□□: 1:25:29

□□□□□: 11(of 29)

□□□□□□□: 1:34:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:04	4:19	7	1:37	33	2:30	3.25	14:04	4:19	21			50	
□□ 2	3.25	14:35	4:29	7	1:18	26	2:18	6.50	28:39	4:24	21			50	
□□ 3	3.25	15:10	4:39	9	1:40	37	2:51	9.75	43:49	4:29	21			50	
□□ 4	3.25	15:53	4:53	13	1:59	54	3:34	13.00	59:42	4:35	21			49	11:13
□□ 5	3.25	16:41	5:08	13	2:41	60	4:23	16.25	1:16:23	4:42	21			48	15:36
□□ 6	3.25	17:03	5:14	12	2:57	60	4:38	19.50	1:33:26	4:47	21			48	20:14
□□□ □□	3.25	17:00	5:13	13	3:31	62	4:43	22.75	1:50:26	4:51	11	15:43		50	24:57