



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Steigerwald, Marco

□□: Laufteam Gelnhausen

□□: 376

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:52:03

□□: 12.18 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 188)

□□□□□/□: 53 (of 156)

□□□□□□: 1:25:29

□□□□□: 5(of 19)

□□□□□□□: 1:41:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:29	4:45	5	1:31	73	3:55	3.25	15:29	4:45	15			54	
□□ 2	3.25	15:48	4:51	6	1:29	60	3:31	6.50	31:17	4:48	15			54	
□□ 3	3.25	15:58	4:54	6	1:23	62	3:39	9.75	47:15	4:50	15			54	
□□ 4	3.25	16:07	4:57	6	1:34	62	3:48	13.00	1:03:22	4:52	15			53	14:53
□□ 5	3.25	15:52	4:52	5	1:20	45	3:34	16.25	1:19:14	4:52	15			52	18:27
□□ 6	3.25	16:40	5:07	5	1:58	49	4:15	19.50	1:35:54	4:55	15			52	22:42
□□□ □□	3.25	16:09	4:58	5	1:08	45	3:52	22.75	1:52:03	4:55	5	10:23		53	26:34