



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Fasold, Frank

□□: WJ Stade

□□: 236

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:07:46

□□: 10.33 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 114 (of 188)

□□□□□/□: 101 (of 156)

□□□□□□: 1:25:29

□□□□□: 19(of 30)

□□□□□□□: 1:25:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:10	5:16	22	5:36	111	5:36	3.25	17:10	5:16	12	1:48	97	
□□ 2	3.25	17:19	5:19	20	5:02	98	5:02	6.50	34:29	5:18	12	3:00	102	
□□ 3	3.25	17:54	5:30	18	5:35	102	5:35	9.75	52:23	5:22	12	4:07	102	
□□ 4	3.25	18:20	5:38	20	6:01	104	6:01	13.00	1:10:43	5:26	12	5:31	84	22:14
□□ 5	3.25	18:46	5:46	22	6:28	104	6:28	16.25	1:29:29	5:30	12	6:39	100	28:42
□□ 6	3.25	19:06	5:52	21	6:41	101	6:41	19.50	1:48:35	5:34	12	8:04	99	35:23
□□□ □□	3.25	19:11	5:54	21	6:54	100	6:54	22.75	2:07:46	5:36	19	42:17	101	42:17