



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Jaworek, Henryk

□□: JESTEBURG

□□: 281

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:11:39

□□: 10.03 km/h

□□□□: 5:47 min/km

□□□□□/□□□: 125 (of 188)

□□□□□/□: 111 (of 156)

□□□□□□: 1:25:29

□□□□□: 23(of 29)

□□□□□□□: 1:34:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:28	5:03	21	4:01	98	4:54	3.25	16:28	5:03	9	1:51	112	
□□ 2	3.25	17:27	5:22	21	4:10	101	5:10	6.50	33:55	5:13	9	4:14	112	
□□ 3	3.25	18:13	5:36	23	4:43	107	5:54	9.75	52:08	5:20	9	6:59	112	
□□ 4	3.25	19:07	5:52	25	5:13	120	6:48	13.00	1:11:15	5:28	9	10:00	111	22:46
□□ 5	3.25	19:31	6:00	25	5:31	117	7:13	16.25	1:30:46	5:35	9	12:23	110	29:59
□□ 6	3.25	20:49	6:24	25	6:43	127	8:24	19.50	1:51:35	5:43	9	14:54	109	38:23
□□□ □□	3.25	20:04	6:10	22	6:35	106	7:47	22.75	2:11:39	5:47	23	36:56	111	46:10