



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Verhoeven, Hans

□□□: 2:15:12

□□: Runningteam notenboom

□□: 10.10 km/h

□□: 384

□□□□: 5:56 min/km

□□: 22.75 km

□□□□□/□□□: 136 (of 188)

Halbmarathon

□□□□□/□: 120 (of 156)

□□□□□□: 1:25:29

□□□□:

□□□□□: 9(of 13)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 1:47:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	18:40	5:44	10	4:52	140	7:06	3.25	18:40	5:44	8	4:52	119	0:28
□□ 2	3.25	18:59	5:50	11	4:20	137	6:42	6.50	37:39	5:47	8	9:12	119	
□□ 3	3.25	18:54	5:48	9	3:45	125	6:35	9.75	56:33	5:47	8	12:57	119	
□□ 4	3.25	19:12	5:54	9	3:51	127	6:53	13.00	1:15:45	5:49	8	16:48	118	27:16
□□ 5	3.25	19:27	5:59	8	3:44	116	7:09	16.25	1:35:12	5:51	8	20:32	117	34:25
□□ 6	3.25	19:56	6:08	9	3:56	113	7:31	19.50	1:55:08	5:54	8	24:16	116	41:56
□□□ □□	3.25	20:04	6:10	6	4:37	106	7:47	22.75	2:15:12	5:56	9	27:49	120	49:43