



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Mandler, Carsten

□□: team-naunheim.de

□□: 1103

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 49:22

□□: 10.94 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 163)

□□□□□/□: 37 (of 115)

□□□□□□: 34:41

□□□□□: 8(of 19)

□□□□□□□: 39:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	16:46	5:09	12	4:20	59	5:34	3.25	16:46	5:09	13	1:59	34	5:34
□□ 2	3.25	16:31	5:04	8	3:09	35	4:48	6.50	33:17	5:07	13	1:24	34	10:17
□□□ □□	3.25	16:05	4:56	6	2:52	30	4:41	9.75	49:22	5:03	8	10:17	37	14:41