



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Siekiera, Ingo

□□: burkardroth

□□: 1159

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 51:22

□□: 11.39 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 163)

□□□□□/□: 50 (of 115)

□□□□□□: 34:41

□□□□□: 7(of 20)

□□□□□□□: 42:41

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|--------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 3.25 | 16:22 | 5:02 | 7 | 2:36 | 48 | 5:10 | 3.25 | 16:22 | 5:02 | 15 | - | 49 | 5:10 |
| □□ 2 | 3.25 | 17:09 | 5:16 | 7 | 2:41 | 48 | 5:26 | 6.50 | 33:31 | 5:09 | 15 | - | 49 | 10:31 |
| □□□ □□ | 3.25 | 17:51 | 5:29 | 7 | 3:24 | 55 | 6:27 | 9.75 | 51:22 | 5:16 | 7 | 8:41 | 50 | 16:41 |