



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Henselmann, Frank

□□: TuS Eintracht Bielefeld

□□: 1065

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 39:20

□□: 13.73 km/h

□□□□: 4:02 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 163)

□□□□□/□: 4 (of 115)

□□□□□□: 34:41

□□□□□: 2(of 19)

□□□□□□□: 39:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	12:26	3:49	1	-	3	1:14	3.25	12:26	3:49	19			4	1:14
□□ 2	3.25	13:22	4:06	1	-	3	1:39	6.50	25:48	3:58	19			4	2:48
□□□ □□	3.25	13:32	4:09	2	0:19	4	2:08	9.75	39:20	4:02	2	0:15		4	4:39