



8. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 15.02.2014

□□□□

Kraus, Norbert

□□: Skat Klub Leichlingen

□□: 1086

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 53:45

□□: 10.88 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 82 (of 163)

□□□□□/□: 68 (of 115)

□□□□□□: 34:41

□□□□□: 9(of 20)

□□□□□□□: 42:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:41	5:26	14	3:55	73	6:29	3.25	17:41	5:26	13	0:42	52	6:29
□□ 2	3.25	17:46	5:28	8	3:18	60	6:03	6.50	35:27	5:27	13	0:22	67	12:27
□□□ □□	3.25	18:18	5:37	9	3:51	62	6:54	9.75	53:45	5:30	9	11:04	68	19:04