



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Grießer, Hartmut

□□□: 55:27

□□: Aussichtsturm Einbeck

□□: 9.74 km/h

□□: 1109

□□□□: 5:41 min/km

□□: 9.75 km

□□□□□/□□□: 213 (of 326)

10 km Lauf

□□□□□/□: 95 (of 246)

□□□□□□: 34:12

□□□□:

□□□□□: 5(of 10)

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□□□□□: 43:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:30	5:41	9	4:24	211	7:27	3.25	18:30	5:41	9	4:24	211	7:27
□□ 2	3.25	18:43	5:45	9	4:04	179	7:06	6.50	37:13	5:43	9	8:28	193	14:32
□□□ □□	3.25	18:14	5:36	9	3:23	163	6:45	9.75	55:27	5:41	9	11:51	189	21:15