



# 9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

## Gwosdz, Torsten

□□: alexs little running club

□□: 1039

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 56:59

□□: 9.48 km/h

□□□□: 5:50 min/km

□□□□□/□□□: 227 (of 326)

□□□□□/□: 98 (of 246)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 17(of 40)

□□□□□□□: 34:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:42	5:26	31	6:39	191	6:39	3.25	17:42	5:26	31	6:39	191	6:39
□□ 2	3.25	19:14	5:55	33	7:36	193	7:37	6.50	36:56	5:40	31	14:15	187	14:15
□□□ □□	3.25	20:03	6:10	35	8:32	201	8:34	9.75	56:59	5:50	33	22:47	195	22:47