



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Sicilia, Francesco

□□: TSV Heiligenrode

□□: 1035

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 40:14

□□: 13.42 km/h

□□□□: 4:08 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 326)

□□□□□/□: 11 (of 246)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 2(of 40)

□□□□□□□: 34:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	12:52	3:57	3	1:49	29	1:49	3.25	12:52	3:57	3	1:49	29	1:49	
□□ 2	3.25	13:38	4:11	3	2:00	21	2:01	6.50	26:30	4:04	3	3:49	19	3:49	
□□□ □□	3.25	13:44	4:13	5	2:13	23	2:15	9.75	40:14	4:07	3	6:02	21	6:02	