



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Suhr, Sebastian

□□: alexs little running club

□□: 1011

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 57:59

□□: 10.09 km/h

□□□□: 5:57 min/km

□□□□□/□□□: 244 (of 326)

□□□□□/□: 100 (of 246)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 8(of 18)

□□□□□□□: 38:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:35	5:24	15	5:39	177	6:32	3.25	17:35	5:24	15	5:39	177	6:32
□□ 2	3.25	19:54	6:07	17	6:39	205	8:17	6.50	37:29	5:46	15	12:18	195	14:48
□□□ □□	3.25	20:30	6:18	15	7:35	211	9:01	9.75	57:59	5:56	15	19:31	199	23:47