



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Plehn, Karsten

□□: LC Blueliner

□□: 358

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:43:16

□□: 12.78 km/h

□□□□: 4:32 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 380)

□□□□□/□: 15 (of 294)

□□□□□□: 1:32:06

□□□□□: 3(of 46)

□□□□□□□: 1:41:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	13:57	4:17	5	0:31	23	1:47	3.25	13:57	4:17	5	0:31	23	1:47	
□□ 2	3.25	13:57	4:17	5	0:29	27	3:10	6.50	27:54	4:17	5	1:00	27	3:06	
□□ 3	3.25	14:35	4:29	5	0:04	29	1:21	9.75	42:29	4:21	5	1:04	29	4:19	
□□ 4	3.25	14:45	4:32	3	0:05	29	1:29	13.00	57:14	4:24	5	0:37	29	5:35	
□□ 5	3.25	15:12	4:40	3	0:27	29	1:45	16.25	1:12:26	4:27	5	0:55	27	7:00	
□□ 6	3.25	15:23	4:44	3	0:08	33	2:07	19.50	1:27:49	4:30	5	1:03	29	8:54	
□□□ □□	3.25	15:27	4:45	5	0:29	43	3:22	22.75	1:43:16	4:32	5	1:32	29	11:10	