



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Appel, Björn

□□: Catch us if you can Rodgau

□□: 220

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:51:14

□□: 11.87 km/h

□□□□: 4:53 min/km

□□□□□/□□□: 67 (of 380)

□□□□□/□: 31 (of 294)

□□□□□□: 1:32:06

□□□□□: 6(of 46)

□□□□□□□: 1:32:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:59	4:55	19	3:17	109	3:49	3.25	15:59	4:55	19	3:17	109	3:49	
□□ 2	3.25	15:31	4:46	15	3:17	71	4:44	6.50	31:30	4:50	17	6:34	87	6:42	
□□ 3	3.25	15:44	4:50	11	2:30	67	2:30	9.75	47:14	4:50	15	9:04	77	9:04	
□□ 4	3.25	15:44	4:50	11	2:15	53	2:28	13.00	1:02:58	4:50	15	11:19	71	11:19	
□□ 5	3.25	16:13	4:59	9	2:26	63	2:46	16.25	1:19:11	4:52	9	13:45	65	13:45	
□□ 6	3.25	16:13	4:59	11	2:57	57	2:57	19.50	1:35:24	4:53	11	16:26	67	16:29	
□□□ □□	3.25	15:50	4:52	11	3:45	51	3:45	22.75	1:51:14	4:53	11	18:36	61	19:08	