



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Buß, Hinrich

□□: Laufgemeinschaft Ostfriesland

□□: 203

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:53:47

□□: 12.00 km/h

□□□□: 5:00 min/km

□□□□□/□□□: 75 (of 380)

□□□□□/□: 35 (of 294)

□□□□□□: 1:32:06

□□□□□: 2(of 14)

□□□□□□□: 1:35:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:12	4:40	3	2:05	59	3:02	3.25	15:12	4:40	3	2:05	59	3:02	
□□ 2	3.25	15:38	4:48	3	2:30	79	4:51	6.50	30:50	4:44	3	4:35	71	6:02	
□□ 3	3.25	15:59	4:55	3	2:16	75	2:45	9.75	46:49	4:48	3	6:51	73	8:39	
□□ 4	3.25	16:28	5:03	3	2:29	77	3:12	13.00	1:03:17	4:52	3	9:20	75	11:38	
□□ 5	3.25	16:34	5:05	3	2:38	75	3:07	16.25	1:19:51	4:54	3	11:58	71	14:25	
□□ 6	3.25	16:56	5:12	3	3:04	77	3:40	19.50	1:36:47	4:57	3	15:02	73	17:52	
□□□ □□	3.25	17:00	5:13	3	3:19	85	4:55	22.75	1:53:47	5:00	3	18:21	69	21:41	