



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Luda, Bernd

□□: Karlsruhe

□□: 231

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:16:12

□□: 9.69 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 257 (of 380)

□□□□□/□: 107 (of 294)

□□□□□□: 1:32:06

□□□□□: 16(of 46)

□□□□□□□: 1:41:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:55	5:12	23	3:29	147	4:45	3.25	16:55	5:12	23	3:29	147	4:45	
□□ 2	3.25	17:19	5:19	27	3:51	165	6:32	6.50	34:14	5:15	27	7:20	155	9:26	
□□ 3	3.25	17:44	5:27	29	3:13	169	4:30	9.75	51:58	5:19	27	10:33	157	13:48	
□□ 4	3.25	19:27	5:59	33	4:47	219	6:11	13.00	1:11:25	5:29	29	14:48	187	19:46	
□□ 5	3.25	20:39	6:21	37	5:54	243	7:12	16.25	1:32:04	5:39	31	20:33	207	26:38	
□□ 6	3.25	21:59	6:45	37	6:44	247	8:43	19.50	1:54:03	5:50	33	27:17	213	35:08	
□□□ □□	3.25	22:09	6:48	39	7:11	239	10:04	22.75	2:16:12	5:59	31	34:28	213	44:06	