



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Nidermajer, Sigfrid

□□□: 2:24:31

□□: Köln

□□: 9.45 km/h

□□: 284

□□□□: 6:21 min/km

□□: 22.75 km

□□□□□/□□□: 293 (of 380)

Halbmarathon

□□□□□/□: 122 (of 294)

□□□□□□: 1:32:06

□□□□:

□□□□□: 4(of 14)

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□□□□□: 1:35:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	19:35	6:01	9	6:28	273	7:25	3.25	19:35	6:01	9	6:28	273	7:25
□□ 2	3.25	20:03	6:10	11	6:55	263	9:16	6.50	39:38	6:05	9	13:23	265	14:50
□□ 3	3.25	19:55	6:07	9	6:12	249	6:41	9.75	59:33	6:06	9	19:35	261	21:23
□□ 4	3.25	20:15	6:13	9	6:16	249	6:59	13.00	1:19:48	6:08	9	25:51	251	28:09
□□ 5	3.25	20:48	6:24	7	6:52	249	7:21	16.25	1:40:36	6:11	9	32:43	257	35:10
□□ 6	3.25	21:54	6:44	9	8:02	245	8:38	19.50	2:02:30	6:16	9	40:45	257	43:35
□□□ □□	3.25	22:01	6:46	7	8:20	237	9:56	22.75	2:24:31	6:21	7	49:05	243	52:25