



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Tirschmann, Jan

□□□: 2:56:22

□□: Schlimmer geht immer MGN

□□: 7.48 km/h

□□: 244

□□□□: 7:45 min/km

□□: 22.75 km

□□□□□/□□□: 349 (of 380)

Halbmarathon

□□□□□/□: 138 (of 294)

□□□□□□: 1:32:06

□□□□:

□□□□□: 22(of 46)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 1:41:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	19:04	5:51	35	5:38	259	6:54	3.25	19:04	5:51	35	5:38	259	6:54
□□ 2	3.25	20:50	6:24	39	7:22	277	10:03	6.50	39:54	6:08	37	13:00	275	15:06
□□ 3	3.25	22:22	6:52	41	7:51	283	9:08	9.75	1:02:16	6:23	39	20:51	279	24:06
□□ 4	3.25	22:12	6:49	43	7:32	277	8:56	13.00	1:24:28	6:29	39	27:51	275	32:49
□□ 5	3.25	22:45	7:00	43	8:00	279	9:18	16.25	1:47:13	6:35	41	35:42	275	41:47
□□ 6	3.25	24:26	7:31	43	9:11	279	11:10	19.50	2:11:39	6:45	41	44:53	275	52:44
□□□ □□	3.25	44:43	13:45	43	29:45	271	32:38	22.75	2:56:22	7:45	43	1:14:38	275	1:24:16