



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Rasmussen, Rene Randrup

□□□: 3:16:05

□□: Klub 100 Denmark

□□: 12.85 km/h

□□: 79

□□□□: 4:38 min/km

□□: 42.25 km

□□□□□/□□□: 17 (of 250)

Marathon

□□□□□/□: 9 (of 212)

□□□□□□: 2:57:03

□□□□:

□□□□□: 2(of 64)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 3:13:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:09	4:39	7	1:34	41	2:18	3.25	15:09	4:39	7	1:34	41	2:18	
□□ 2	3.25	15:08	4:39	7	1:33	37	2:15	6.50	30:17	4:39	7	3:07	37	4:33	
□□ 3	3.25	15:01	4:37	3	0:54	27	2:11	9.75	45:18	4:38	5	4:01	35	6:44	
□□ 4	3.25	15:03	4:37	3	1:01	27	1:57	13.00	1:00:21	4:38	5	5:02	35	8:41	
□□ 5	3.25	15:02	4:37	3	0:52	25	2:19	16.25	1:15:23	4:38	3	5:54	29	10:30	
□□ 6	3.25	15:02	4:37	3	0:53	25	1:52	19.50	1:30:25	4:38	3	6:47	25	12:22	
□□ 7	3.25	15:07	4:39	3	0:28	25	1:44	22.75	1:45:32	4:38	3	7:15	27	14:06	
□□ 8	3.25	15:06	4:38	3	0:22	23	14:22	26.00	2:00:38	4:38	3	7:37	25	15:34	
□□ 9	3.25	15:06	4:38	1	-	17	1:23	29.25	2:15:44	4:38	3	7:33	25	16:52	
□□ 10	3.25	15:27	4:45	1	-	17	1:42	32.50	2:31:11	4:39	3	7:21	23	18:07	
□□ 11	3.25	15:08	4:39	1	-	11	1:23	35.75	2:46:19	4:39	3	6:06	21	18:32	
□□ 12	3.25	15:04	4:38	1	-	5	1:29	39.00	3:01:23	4:39	3	4:43	17	18:56	
□□□ □□	3.25	14:42	4:31	1	-	5	0:50	42.25	3:16:05	4:38	3	3:01	17	19:02	