



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Proehl, Alex

□□: alexs little running club

□□: 1127

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 46:38

□□: 12.54 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□□: 93 (of 326)

□□□□□/□: 3 (of 80)

□□□□□□: 38:41

□□□□□: 1(of 18)

□□□□□□□: 46:38

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|--------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|------|----|------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 3.25 | 15:07 | 4:39 | 3 | 0:38 | 9 | 2:50 | 3.25 | 15:07 | 4:39 | 3 | 0:38 | 9 | 2:50 |
| □□ 2 | 3.25 | 15:53 | 4:53 | 1 | - | 5 | 2:41 | 6.50 | 31:00 | 4:46 | 3 | 0:31 | 7 | 5:31 |
| □□□ □□ | 3.25 | 15:38 | 4:48 | 1 | - | 5 | 2:26 | 9.75 | 46:38 | 4:46 | 1 | - | 5 | 7:57 |