



# 9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Zuchowski, Sven

□□□: 50:22

□□: klein O

□□: 10.72 km/h

□□: 1030

□□□□: 5:10 min/km

□□: 9.75 km

□□□□□/□□□: 143 (of 326)

10 km Lauf

□□□□□/□: 65 (of 246)

□□□□□□: 34:12

□□□□:

□□□□□: 11(of 40)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 34:12

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□   | □□    | □□     | □□ | □□   | □□  | □□   | □□□  | □□□   | □□□    | □□ | □□    | □□  | □□    |
|--------|------|-------|--------|----|------|-----|------|------|-------|--------|----|-------|-----|-------|
|        | km   | □□    | min/km | -  | -    | □   | □    | km   | □□    | min/km | -  | -     | □   | □     |
| □□ 1   | 3.25 | 16:08 | 4:57   | 23 | 5:05 | 135 | 5:05 | 3.25 | 16:08 | 4:57   | 23 | 5:05  | 135 | 5:05  |
| □□ 2   | 3.25 | 16:28 | 5:03   | 17 | 4:50 | 103 | 4:51 | 6.50 | 32:36 | 5:00   | 21 | 9:55  | 117 | 9:55  |
| □□□ □□ | 3.25 | 17:46 | 5:28   | 23 | 6:15 | 153 | 6:17 | 9.75 | 50:22 | 5:09   | 21 | 16:10 | 129 | 16:10 |