



# 9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Dr. Rödel, Christian

□□: alexs little running club

□□: 1026

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 51:46

□□: 10.43 km/h

□□□□: 5:19 min/km

□□□□□/□□□: 157 (of 326)

□□□□□/□: 71 (of 246)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 9(of 24)

□□□□□□□: 39:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:35	5:24	19	4:54	177	6:32	3.25	17:35	5:24	19	4:54	177	6:32
□□ 2	3.25	19:54	6:07	21	6:27	205	8:17	6.50	37:29	5:46	19	11:21	195	14:48
□□□ □□	3.25	14:17	4:23	3	0:48	35	2:48	9.75	51:46	5:18	17	12:09	141	17:34