



9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

□□□□

Jankowski, Jörg

□□: Friesisches Brauhaus zu Jever

□□: 1028

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 54:15

□□: 10.78 km/h

□□□□: 5:34 min/km

□□□□□/□□□: 195 (of 326)

□□□□□/□: 88 (of 246)

□□□□□□: 34:12

□□□□□: 14(of 40)

□□□□□□□: 34:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	16:45	5:09	25	5:42	153	5:42	3.25	16:45	5:09	25	5:42	153	5:42
□□ 2	3.25	18:47	5:46	29	7:09	183	7:10	6.50	35:32	5:28	27	12:51	167	12:51
□□□ □□	3.25	18:43	5:45	27	7:12	179	7:14	9.75	54:15	5:33	27	20:03	175	20:03