



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Lüningschrör, Dietmar

□□: LG Burg Wiedenbrück

□□: 107

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 58:21

□□: 9.25 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 121 (of 181)

□□□□□/□: 92 (of 122)

□□□□□□: 34:17

□□□□□: 10(of 16)

□□□□□□□: 42:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	19:15	5:55	11	5:23	95	7:50	3.25	19:15	5:55	11	5:23	95	7:50	
□□ 2	3.25	19:58	6:08	11	5:45	97	8:29	6.50	39:13	6:01	11	11:08	96	16:19	
□□□ □□	3.25	19:08	5:53	10	4:46	83	7:45	9.75	58:21	5:59	10	15:54	92	24:04	