



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Seyfert, Andreas

□□: Taunusstein

□□: 173

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 58:22

□□: 9.25 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 123 (of 181)

□□□□□/□: 93 (of 122)

□□□□□□: 34:17

□□□□□: 15(of 17)

□□□□□□□: 43:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:27	5:40	15	4:34	87	7:02	3.25	18:27	5:40	15	4:34	87	7:02	
□□ 2	3.25	19:29	5:59	15	4:44	88	8:00	6.50	37:56	5:50	15	9:18	90	15:02	
□□□ □□	3.25	20:26	6:17	15	5:55	103	9:03	9.75	58:22	5:59	15	15:13	93	24:05	