



# 10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

**Sitzmann, Margit**

□□: SSV Forchheim

□□: 174

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:05:51

□□: 8.20 km/h

□□□□: 6:45 min/km

□□□□□/□□□: 156 (of 181)

□□□□□/□: 47 (of 59)

□□□□□□: 39:58

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 50:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	20:51	6:24	5	4:45	46	7:38	3.25	20:51	6:24	5	4:45	46	7:38
□□ 2	3.25	22:22	6:52	5	5:23	49	9:01	6.50	43:13	6:38	5	9:54	49	16:39
□□□ □□	3.25	22:38	6:57	5	5:24	47	9:14	9.75	1:05:51	6:45	5	15:10	47	25:53