



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Hollandt, Ralf

□□: WSV 07 Kleinschmalkalden

□□: 67

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 44:42

□□: 12.08 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 181)

□□□□□/□: 24 (of 122)

□□□□□□: 34:17

□□□□□: 6(of 15)

□□□□□□□: 34:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:26	4:26	7	3:01	26	3:01	3.25	14:26	4:26	7	3:01	26	3:01
□□ 2	3.25	15:07	4:39	6	3:38	23	3:38	6.50	29:33	4:32	6	6:39	25	6:39
□□□ □□	3.25	15:09	4:39	6	3:46	25	3:46	9.75	44:42	4:35	6	10:25	24	10:25