



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Volkmer, Andreas

□□: Schwalmthal

□□: 187

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 49:40

□□: 10.87 km/h

□□□□: 5:05 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 181)

□□□□□/□: 48 (of 122)

□□□□□□: 34:17

□□□□□: 4(of 16)

□□□□□□□: 42:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:16	5:00	5	2:24	52	4:51	3.25	16:16	5:00	5	2:24	52	4:51	
□□ 2	3.25	16:54	5:11	4	2:41	53	5:25	6.50	33:10	5:06	4	5:05	53	10:16	
□□□ □□	3.25	16:30	5:04	5	2:08	45	5:07	9.75	49:40	5:05	4	7:13	48	15:23	