



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Kluge, Ralf

□□: iFitnessclub Teltow

□□: 85

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 52:32

□□: 10.28 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 81 (of 181)

□□□□□/□: 68 (of 122)

□□□□□□: 34:17

□□□□□: 5(of 10)

□□□□□□□: 46:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:20	5:19	5	2:29	69	5:55	3.25	17:20	5:19	5	2:29	69	5:55
□□ 2	3.25	17:38	5:25	5	1:21	65	6:09	6.50	34:58	5:22	5	3:50	69	12:04
□□□ □□	3.25	17:34	5:24	5	2:02	62	6:11	9.75	52:32	5:23	5	5:52	68	18:15