



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Ospelt, Gerhard

□□: LC Rehlingen

□□: 134

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 54:04

□□: 10.82 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 88 (of 181)

□□□□□/□: 73 (of 122)

□□□□□□: 34:17

□□□□□: 6(of 10)

□□□□□□□: 46:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:40	5:26	6	2:49	75	6:15	3.25	17:40	5:26	6	2:49	75	6:15	
□□ 2	3.25	18:15	5:36	6	1:58	73	6:46	6.50	35:55	5:31	6	4:47	73	13:01	
□□□ □□	3.25	18:09	5:35	6	2:37	72	6:46	9.75	54:04	5:32	6	7:24	73	19:47	