



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Weiß, Hans- Joachim

□□: Benshausen

□□: 200

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 55:21

□□: 9.76 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 97 (of 181)

□□□□□/□: 78 (of 122)

□□□□□□: 34:17

□□□□□: 4(of 10)

□□□□□□□: 50:32

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 3.25 | 18:09 | 5:35 | 5 | 1:22 | 84 | 6:44 | 3.25 | 18:09 | 5:35 | 5 | 1:22 | 84 | 6:44 | |
| □□ 2 | 3.25 | 18:37 | 5:43 | 4 | 1:33 | 78 | 7:08 | 6.50 | 36:46 | 5:39 | 4 | 2:55 | 80 | 13:52 | |
| □□□ □□ | 3.25 | 18:35 | 5:43 | 4 | 1:54 | 78 | 7:12 | 9.75 | 55:21 | 5:40 | 4 | 4:49 | 78 | 21:04 | |