



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Weiβ, Hans- Joachim

□□: Benshausen

□□: 200

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 55:21

□□: 10.57 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□□: 97 (of 181)

□□□□□/□: 78 (of 122)

□□□□□□: 34:17

□□□□□: 4(of 10)

□□□□□□□: 50:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/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