



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

FREITAG, Michaela

□□: KSV Baunatal

□□: 433

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:00:54

□□: 8.87 km/h

□□□□: 6:15 min/km

□□□□□/□□□: 106 (of 166)

□□□□□/□: 36 (of 72)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 6(of 10)

□□□□□□□: 45:05

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|---------|------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 3.25 | 19:34 | 6:01 | 6 | 5:11 | 37 | 5:57 | 3.25 | 19:34 | 6:01 | 6 | 5:11 | 37 | 5:57 |
| □□ 2 | 3.25 | 20:41 | 6:21 | 7 | 5:30 | 36 | 6:11 | 6.50 | 40:15 | 6:11 | 6 | 10:41 | 36 | 12:08 |
| □□□ □□ | 3.25 | 20:39 | 6:21 | 7 | 5:08 | 41 | 6:05 | 9.75 | 1:00:54 | 6:14 | 6 | 15:49 | 36 | 18:13 |