



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

HERMANN, Sarah

□□: Herten

□□: 455

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:02:50

□□: 9.31 km/h

□□□□: 6:26 min/km

□□□□□/□□□: 120 (of 166)

□□□□□/□: 42 (of 72)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 7(of 13)

□□□□□□□: 50:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	21:27	6:35	10	5:12	54	7:50	3.25	21:27	6:35	10	5:12	54	7:50	
□□ 2	3.25	21:04	6:28	7	4:05	43	6:34	6.50	42:31	6:32	7	9:17	48	14:24	
□□□ □□	3.25	20:19	6:15	7	3:15	36	5:45	9.75	1:02:50	6:26	7	12:32	42	20:09	