



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

FREUND, Heidi

□□: Suhl

□□: 434

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:02:50

□□: 8.59 km/h

□□□□: 6:26 min/km

□□□□□/□□□: 121 (of 166)

□□□□□/□: 42 (of 72)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 58:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	19:59	6:08	3	1:21	40	6:22	3.25	19:59	6:08	3	1:21	40	6:22	
□□ 2	3.25	21:13	6:31	3	1:26	46	6:43	6.50	41:12	6:20	3	2:47	40	13:05	
□□□ □□	3.25	21:38	6:39	3	1:27	47	7:04	9.75	1:02:50	6:26	3	4:14	42	20:09	