



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

KÖBELIN, Frieder

□□: VFL Wampenhausen

□□: 477

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:04:25

□□: 8.38 km/h

□□□□: 6:37 min/km

□□□□□/□□□: 129 (of 166)

□□□□□/□: 81 (of 94)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 40:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	20:01	6:09	8	7:18	76	8:10	3.25	20:01	6:09	8	7:18	76	8:10
□□ 2	3.25	22:03	6:47	8	8:19	82	9:54	6.50	42:04	6:28	8	15:29	78	17:49
□□□ □□	3.25	22:21	6:52	9	8:36	80	10:35	9.75	1:04:25	6:36	9	24:05	81	28:24