



# 11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

## PILZ- RENNE, Heike

□□: Bad Freienwalde

□□: 517

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:27:30

□□: 6.17 km/h

□□□□: 8:58 min/km

□□□□□/□□□: 160 (of 166)

□□□□□/□: 68 (of 72)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 5(of 6)

□□□□□□□: 58:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	29:08	8:57	5	10:30	71	15:31	3.25	29:08	8:57	5	10:30	71	15:31
□□ 2	3.25	28:55	8:53	5	9:08	68	14:25	6.50	58:03	8:55	5	19:38	69	29:56
□□□ □□	3.25	29:27	9:03	5	9:16	68	14:53	9.75	1:27:30	8:58	5	28:54	68	44:49