



# 11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

KOCH, Christian

□□: Trusetal

□□: 479

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 47:49

□□: 11.29 km/h

□□□□: 4:54 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 166)

□□□□□/□: 22 (of 94)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 1(of 11)

□□□□□□□: 47:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	15:58	4:54	2	0:45	29	4:07	3.25	15:58	4:54	2	0:45	29	4:07
□□ 2	3.25	16:03	4:56	1	-	20	3:54	6.50	32:01	4:55	2	0:24	23	7:46
□□□ □□	3.25	15:48	4:51	1	-	20	4:02	9.75	47:49	4:54	1	-	22	11:48