



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

FREUND, Uwe

□□: Suhl

□□: 435

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 49:17

□□: 11.87 km/h

□□□□: 5:03 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 166)

□□□□□/□: 27 (of 94)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 4(of 12)

□□□□□□□: 40:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	16:16	5:00	7	3:20	35	4:25	3.25	16:16	5:00	7	3:20	35	4:25
□□ 2	3.25	16:37	5:06	4	3:00	23	4:28	6.50	32:53	5:03	7	6:20	32	8:38
□□□ □□	3.25	16:24	5:02	4	2:35	23	4:38	9.75	49:17	5:03	4	8:55	27	13:16