



# 11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

**FREUND, Uwe**

□□: Suhl

□□: 435

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 49:17

□□: 10.96 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	