



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

ULLRICH, Jürgen

□□: Wei-Wei Läufer

□□: 564

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 48:57

□□: 11.03 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 166)

□□□□□/□: 24 (of 94)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 2(of 16)

□□□□□□□: 46:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	14:45	4:32	2	0:17	20	2:54	3.25	14:45	4:32	2	0:17	20	2:54
□□ 2	3.25	16:54	5:11	4	0:52	29	4:45	6.50	31:39	4:52	2	1:09	22	7:24
□□□ □□	3.25	17:18	5:19	4	1:05	34	5:32	9.75	48:57	5:01	2	2:14	24	12:56