



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

ARMBRUST, Patrick

□□: Laufwerk Wü

□□: 401

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 52:56

□□: 10.20 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 47 (of 166)

□□□□□/□: 37 (of 94)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 3(of 11)

□□□□□□□: 47:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:23	5:02	3	1:10	36	4:32	3.25	16:23	5:02	3	1:10	36	4:32
□□ 2	3.25	18:22	5:39	3	2:19	39	6:13	6.50	34:45	5:20	3	3:08	37	10:30
□□□ □□	3.25	18:11	5:35	3	2:23	43	6:25	9.75	52:56	5:25	3	5:07	37	16:55