



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

MICHAELIS, Marius

□□: Die Laufgruppe

□□: 505

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 54:35

□□: 10.72 km/h

□□□□: 5:36 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 166)

□□□□□/□: 41 (of 94)

□□□□□□: 36:01

□□□□□: 8(of 12)

□□□□□□□: 37:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:19	5:19	8	5:14	40	5:28	3.25	17:19	5:19	8	5:14	40	5:28
□□ 2	3.25	18:24	5:39	8	5:24	41	6:15	6.50	35:43	5:29	8	10:38	39	11:28
□□□ □□	3.25	18:52	5:48	9	6:21	52	7:06	9.75	54:35	5:35	8	16:59	41	18:34