



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

□□□□

SAGEL, Lorraine

□□: NonStopUltra Brakel

□□: 532

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 59:23

□□: 9.09 km/h

□□□□: 6:05 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 166)

□□□□□/□: 33 (of 72)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 6(of 13)

□□□□□□□: 50:18

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|--------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 3.25 | 19:15 | 5:55 | 7 | 3:00 | 31 | 5:38 | 3.25 | 19:15 | 5:55 | 7 | 3:00 | 31 | 5:38 |
| □□ 2 | 3.25 | 20:05 | 6:10 | 5 | 3:06 | 31 | 5:35 | 6.50 | 39:20 | 6:03 | 6 | 6:06 | 30 | 11:13 |
| □□□ □□ | 3.25 | 20:03 | 6:10 | 5 | 2:59 | 32 | 5:29 | 9.75 | 59:23 | 6:05 | 6 | 9:05 | 33 | 16:42 |