



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

HIRTES, Benjamin

□□□: 55:11

□□: -

□□: 9.79 km/h

□□: 82

□□□□: 5:40 min/km

□□: 9.75 km

□□□□□/□□□: 109 (of 215)

10 km Lauf

□□□□□/□: 86 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□:

□□□□□: 8(of 13)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 37:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:19	5:38	9	6:47	98	6:47	3.25	18:19	5:38	9	6:47	98	6:47
□□ 2	3.25	18:37	5:43	8	5:54	85	6:02	6.50	36:56	5:40	8	12:41	91	12:41
□□□ □□	3.25	18:15	5:36	7	5:17	76	5:46	9.75	55:11	5:39	8	17:58	86	18:26