



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

FICKERT, Manfred

□□: BSG Lülsdorf e.V.

□□: 39

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:16:06

□□: 7.10 km/h

□□□□: 7:49 min/km

□□□□□/□□□: 203 (of 215)

□□□□□/□: 126 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□□: 11(of 11)

□□□□□□□: 41:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	23:21	7:11	11	10:25	127	11:49	3.25	23:21	7:11	11	10:25	127	11:49
□□ 2	3.25	24:47	7:37	11	10:43	124	12:12	6.50	48:08	7:24	11	21:08	125	23:53
□□□ □□	3.25	27:58	8:36	11	13:54	127	15:29	9.75	1:16:06	7:48	11	34:50	126	39:21