



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

MÜLLER, Ralph-Thomas

□□: Team MaRaLeMi

□□: 158

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 43:39

□□: 12.37 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 29 (of 215)

□□□□□/□: 26 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□□: 4(of 19)

□□□□□□□: 37:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	13:23	4:07	3	1:37	18	1:51	3.25	13:23	4:07	3	1:37	18	1:51
□□ 2	3.25	14:59	4:36	4	1:59	29	2:24	6.50	28:22	4:21	4	3:36	24	4:07
□□□ □□	3.25	15:17	4:42	5	2:29	30	2:48	9.75	43:39	4:28	4	6:05	26	6:54