



# 12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

## ARMBRUST, Patrick

□□: Laufwerk Wü

□□: 4

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 46:53

□□: 11.52 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 215)

□□□□□/□: 38 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□□: 6(of 22)

□□□□□□□: 38:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:40	4:30	8	2:30	41	3:08	3.25	14:40	4:30	8	2:30	41	3:08	
□□ 2	3.25	15:58	4:54	7	2:58	40	3:23	6.50	30:38	4:42	7	5:28	39	6:23	
□□□ □□	3.25	16:15	5:00	5	3:14	41	3:46	9.75	46:53	4:48	6	8:34	38	10:08	