



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

HENKELMANN, Volker

□□: -

□□: 73

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 48:30

□□: 11.13 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□□: 48 (of 215)

□□□□□/□: 44 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□□: 5(of 19)

□□□□□□□: 40:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:34	4:47	5	2:39	51	4:02	3.25	15:34	4:47	5	2:39	51	4:02
□□ 2	3.25	16:16	5:00	5	2:38	42	3:41	6.50	31:50	4:53	5	5:17	44	7:35
□□□ □□	3.25	16:40	5:07	6	2:50	48	4:11	9.75	48:30	4:58	5	8:07	44	11:45