



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

APPEL, Manu

□□: TSV Ausbach

□□: 2

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 49:02

□□: 11.01 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 215)

□□□□□/□: 51 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□□: 9(of 22)

□□□□□□□: 38:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	14:36	4:29	7	2:26	40	3:04	3.25	14:36	4:29	7	2:26	40	3:04
□□ 2	3.25	15:47	4:51	5	2:47	36	3:12	6.50	30:23	4:40	6	5:13	38	6:08
□□□ □□	3.25	18:39	5:44	12	5:38	85	6:10	9.75	49:02	5:01	9	10:43	51	12:17