



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

APPEL, Marco

□□: TSV Ausbach

□□: 3

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 52:27

□□: 10.30 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 85 (of 215)

□□□□□/□: 68 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□□: 7(of 14)

□□□□□□□: 42:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:06	4:57	7	2:27	61	4:34	3.25	16:06	4:57	7	2:27	61	4:34
□□ 2	3.25	17:52	5:29	7	3:24	71	5:17	6.50	33:58	5:13	7	5:51	68	9:43
□□□ □□	3.25	18:29	5:41	8	4:02	81	6:00	9.75	52:27	5:22	7	9:53	68	15:42