



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Katzenberg, Frank

□□: Lauf Team Unna

□□: 117

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 54:00

□□: 10.83 km/h

□□□□: 5:32 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 246)

□□□□□/□: 73 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 3(of 18)

□□□□□□□: 42:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:42	5:26	5	4:46	80	7:11	3.25	17:42	5:26	5	4:46	80	7:11
□□ 2	3.25	18:13	5:36	3	3:45	71	6:42	6.50	35:55	5:31	3	8:31	72	13:53
□□□ □□	3.25	18:05	5:33	4	3:15	71	6:26	9.75	54:00	5:32	3	11:46	73	20:12