



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Rettich, Harald

□□: Teamflexkalk

□□: 180

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 55:47

□□: 9.68 km/h

□□□□: 5:43 min/km

□□□□□/□□□: 109 (of 246)

□□□□□/□: 81 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 4(of 18)

□□□□□□□: 42:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:05	5:15	2	4:09	72	6:34	3.25	17:05	5:15	2	4:09	72	6:34
□□ 2	3.25	19:02	5:51	5	4:34	85	7:31	6.50	36:07	5:33	4	8:43	75	14:05
□□□ □□	3.25	19:40	6:03	8	4:50	95	8:01	9.75	55:47	5:43	4	13:33	81	21:59