



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Heinlein, Heiko

□□: Saalfeld

□□: 91

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 56:27

□□: 10.36 km/h

□□□□: 5:47 min/km

□□□□□/□□□: 118 (of 246)

□□□□□/□: 88 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 5(of 18)

□□□□□□□: 42:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:20	5:38	7	5:24	93	7:49	3.25	18:20	5:38	7	5:24	93	7:49	
□□ 2	3.25	18:42	5:45	4	4:14	78	7:11	6.50	37:02	5:41	6	9:38	85	15:00	
□□□ □□	3.25	19:25	5:58	7	4:35	88	7:46	9.75	56:27	5:47	5	14:13	88	22:39	