



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Trageser, Joachim

□□: LT Freigericht

□□: 243

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 57:15

□□: 10.22 km/h

□□□□: 5:52 min/km

□□□□□/□□□: 130 (of 246)

□□□□□/□: 97 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 18(of 27)

□□□□□□□: 39:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	18:51	5:48	18	6:35	102	8:20	3.25	18:51	5:48	18	6:35	102	8:20
□□ 2	3.25	19:19	5:56	17	5:51	90	7:48	6.50	38:10	5:52	18	12:26	99	16:08
□□□ □□	3.25	19:05	5:52	15	5:43	80	7:26	9.75	57:15	5:52	18	18:09	97	23:27