



# 13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

De Rijcke, Ralf

□□: Scrambled Legs

□□: 37

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 57:31

□□: 10.17 km/h

□□□□: 5:54 min/km

□□□□□/□□□: 134 (of 246)

□□□□□/□: 99 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 10(of 13)

□□□□□□□: 36:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	18:29	5:41	10	7:14	97	7:58	3.25	18:29	5:41	10	7:14	97	7:58
□□ 2	3.25	19:29	5:59	10	6:37	99	7:58	6.50	37:58	5:50	10	13:51	97	15:56
□□□ □□	3.25	19:33	6:00	8	7:01	93	7:54	9.75	57:31	5:53	10	20:52	99	23:43