



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Blechtschmidt, Stefan

□□: Frankenblick OT Effelder

□□: 318

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 42:19

□□: 12.76 km/h

□□□□: 4:20 min/km

□□□□□/□□□: 14 (of 246)

□□□□□/□: 13 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 3(of 20)

□□□□□□□: 34:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	13:30	4:09	3	2:21	13	2:59	3.25	13:30	4:09	3	2:21	13	2:59
□□ 2	3.25	14:22	4:25	3	2:30	10	2:51	6.50	27:52	4:17	3	4:51	14	5:50
□□□ □□	3.25	14:27	4:26	3	2:35	11	2:48	9.75	42:19	4:20	3	7:26	13	8:31