



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Emmerlich, Jörg

□□: LT Freigericht

□□: 49

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:00:34

□□: 8.92 km/h

□□□□: 6:13 min/km

□□□□□/□□□: 159 (of 246)

□□□□□/□: 113 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 50:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	19:16	5:55	6	3:16	110	8:45	3.25	19:16	5:55	6	3:16	110	8:45
□□ 2	3.25	20:12	6:12	5	3:17	112	8:41	6.50	39:28	6:04	5	5:52	114	17:26
□□□ □□	3.25	21:06	6:29	6	4:16	117	9:27	9.75	1:00:34	6:12	6	9:53	113	26:46