



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Hollmann, Alexander

□□: Neuss

□□: 102

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:03:12

□□: 8.54 km/h

□□□□: 6:29 min/km

□□□□□/□□□: 178 (of 246)

□□□□□/□: 126 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 19(of 20)

□□□□□□□: 34:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	18:23	5:39	15	7:14	95	7:52	3.25	18:23	5:39	15	7:14	95	7:52
□□ 2	3.25	22:28	6:54	19	10:36	135	10:57	6.50	40:51	6:17	18	17:50	125	18:49
□□□ □□	3.25	22:21	6:52	19	10:29	127	10:42	9.75	1:03:12	6:28	19	28:19	126	29:24