



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Daum, Holger

□□: Team Erdinger Alkoholfrei

□□: 34

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 43:07

□□: 13.57 km/h

□□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 246)

□□□□□/□: 15 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 5(of 27)

□□□□□□□: 39:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	14:17	4:23	7	2:01	20	3:46	3.25	14:17	4:23	7	2:01	20	3:46
□□ 2	3.25	14:22	4:25	3	0:54	10	2:51	6.50	28:39	4:24	5	2:55	18	6:37
□□□ □□	3.25	14:28	4:27	4	1:06	12	2:49	9.75	43:07	4:25	5	4:01	15	9:19