



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Malinowsky, Stefan

□□: Gera

□□: 146

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:04:13

□□: 8.41 km/h

□□□□: 6:35 min/km

□□□□□/□□□: 186 (of 246)

□□□□□/□: 130 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 23(of 27)

□□□□□□□: 39:06

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 3.25 | 20:23 | 6:16 | 23 | 8:07 | 128 | 9:52 | 3.25 | 20:23 | 6:16 | 23 | 8:07 | 128 | 9:52 |
| □□ 2 | 3.25 | 21:29 | 6:36 | 23 | 8:01 | 126 | 9:58 | 6.50 | 41:52 | 6:26 | 23 | 16:08 | 131 | 19:50 |
| □□□ □□ | 3.25 | 22:21 | 6:52 | 22 | 8:59 | 127 | 10:42 | 9.75 | 1:04:13 | 6:35 | 23 | 25:07 | 130 | 30:25 |