



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Ließfeld, Elgin

□□: Laufftreff VFL Waldbreitbach

□□: 143

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:11:16

□□: 7.58 km/h

□□□□: 7:19 min/km

□□□□□/□□□: 215 (of 246)

□□□□□/□: 78 (of 98)

□□□□□□: 42:01

□□□□□: 7(of 8)

□□□□□□□: 42:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	22:18	6:51	7	9:03	79	14:47	3.25	22:18	6:51	7	9:03	79	14:47
□□ 2	3.25	24:41	7:35	8	10:24	85	10:40	6.50	46:59	7:13	7	19:27	82	19:27
□□□ □□	3.25	24:17	7:28	7	9:48	74	10:12	9.75	1:11:16	7:18	7	29:15	78	29:15