



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Nordemann, Venna

□□: Bippener SC

□□: 164

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:11:55

□□: 7.51 km/h

□□□□: 7:23 min/km

□□□□□/□□□: 218 (of 246)

□□□□□/□: 79 (of 98)

□□□□□□: 42:01

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 58:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	21:50	6:43	3	2:22	73	14:19	3.25	21:50	6:43	3	2:22	73	14:19	
□□ 2	3.25	23:57	7:22	3	4:35	75	9:56	6.50	45:47	7:02	3	6:57	75	18:15	
□□□ □□	3.25	26:08	8:02	5	6:02	84	12:03	9.75	1:11:55	7:22	5	12:59	79	29:54	