



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Padberg, Dirk

□□: Cookie Monster Running

□□: 167

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:14:24

□□: 7.26 km/h

□□□□: 7:38 min/km

□□□□□/□□□: 228 (of 246)

□□□□□/□: 143 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 17(of 18)

□□□□□□□: 42:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	22:57	7:03	16	10:01	140	12:26	3.25	22:57	7:03	16	10:01	140	12:26	
□□ 2	3.25	25:23	7:48	17	10:55	143	13:52	6.50	48:20	7:26	17	20:56	144	26:18	
□□□ □□	3.25	26:04	8:01	17	11:14	142	14:25	9.75	1:14:24	7:37	17	32:10	143	40:36	