



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Volkmer, Andreas

□□: Schwalmthal

□□: 248

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 44:50

□□: 13.05 km/h

□□□□: 4:36 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 246)

□□□□□/□: 19 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 1(of 14)

□□□□□□□: 44:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	14:45	4:32	1	-	26	4:14	3.25	14:45	4:32	1	-	26	4:14
□□ 2	3.25	15:07	4:39	1	-	21	3:36	6.50	29:52	4:35	1	-	22	7:50
□□□ □□	3.25	14:58	4:36	1	-	18	3:19	9.75	44:50	4:35	1	-	19	11:02