



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Volkmer, Andreas

□□: Schwalmthal

□□: 248

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 44:50

□□: 12.04 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 |