



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Germerodt, Sebastian

□□: Eschwege

□□: 66

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 45:01

□□: 13.00 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 246)

□□□□□/□: 21 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 4(of 20)

□□□□□□□: 34:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	14:32	4:28	4	3:23	22	4:01	3.25	14:32	4:28	4	3:23	22	4:01
□□ 2	3.25	15:46	4:51	7	3:54	32	4:15	6.50	30:18	4:39	4	7:17	25	8:16
□□□ □□	3.25	14:43	4:31	4	2:51	14	3:04	9.75	45:01	4:37	4	10:08	21	11:13