



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Fenn, Ingo

□□: LU Steinhagen

□□: 355

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 46:11

□□: 12.67 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 246)

□□□□□/□: 26 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 9(of 27)

□□□□□□□: 39:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:00	4:36	9	2:44	38	4:29	3.25	15:00	4:36	9	2:44	38	4:29	
□□ 2	3.25	15:29	4:45	8	2:01	25	3:58	6.50	30:29	4:41	9	4:45	28	8:27	
□□□ □□	3.25	15:42	4:49	8	2:20	27	4:03	9.75	46:11	4:44	9	7:05	26	12:23	