



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Metz, Marchell

□□: TSV Ausbach

□□: 152

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 46:29

□□: 12.59 km/h

□□□□: 4:46 min/km

□□□□□/□□□: 29 (of 246)

□□□□□/□: 27 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 6(of 20)

□□□□□□□: 34:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:48	4:33	6	3:39	29	4:17	3.25	14:48	4:33	6	3:39	29	4:17
□□ 2	3.25	15:31	4:46	4	3:39	26	4:00	6.50	30:19	4:39	5	7:18	26	8:17
□□□ □□	3.25	16:10	4:58	8	4:18	35	4:31	9.75	46:29	4:46	6	11:36	27	12:41