



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Fehmer, Welf

□□: Neuss

□□: 52

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 46:36

□□: 11.59 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 246)

□□□□□/□: 30 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 8(of 20)

□□□□□□□: 34:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:59	4:36	9	3:50	36	4:28	3.25	14:59	4:36	9	3:50	36	4:28	
□□ 2	3.25	15:47	4:51	8	3:55	33	4:16	6.50	30:46	4:44	9	7:45	33	8:44	
□□□ □□	3.25	15:50	4:52	7	3:58	31	4:11	9.75	46:36	4:46	8	11:43	30	12:48	