



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Sebastian, Lotz

□□: TSV Ausbach

□□: 216

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 47:08

□□: 12.41 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 246)

□□□□□/□: 33 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 9(of 20)

□□□□□□□: 34:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:54	4:35	8	3:45	33	4:23	3.25	14:54	4:35	8	3:45	33	4:23	
□□ 2	3.25	15:51	4:52	9	3:59	34	4:20	6.50	30:45	4:43	8	7:44	32	8:43	
□□□ □□	3.25	16:23	5:02	10	4:31	37	4:44	9.75	47:08	4:50	9	12:15	33	13:20	