



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Koch, Lars

□□: Mulfingen

□□: 126

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 49:04

□□: 11.01 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 55 (of 246)

□□□□□/□: 44 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 4(of 19)

□□□□□□□: 33:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:39	4:48	5	5:08	43	5:08	3.25	15:39	4:48	5	5:08	43	5:08	
□□ 2	3.25	16:38	5:07	4	5:07	45	5:07	6.50	32:17	4:58	5	10:15	44	10:15	
□□□ □□	3.25	16:47	5:09	3	5:01	47	5:08	9.75	49:04	5:01	4	15:16	44	15:16	