



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Ryndak, Karolina

□□: Fishguin

□□: 192

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 50:44

□□: 11.53 km/h

□□□□: 5:12 min/km

□□□□□/□□□: 70 (of 246)

□□□□□/□: 19 (of 98)

□□□□□□: 42:01

□□□□□: 5(of 16)

□□□□□□□: 48:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:40	5:07	6	1:42	22	9:09	3.25	16:40	5:07	6	1:42	22	9:09	
□□ 2	3.25	17:21	5:20	5	0:55	19	3:20	6.50	34:01	5:14	5	2:37	19	6:29	
□□□ □□	3.25	16:43	5:08	2	0:14	11	2:38	9.75	50:44	5:12	5	2:31	19	8:43	