



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Schramm, Tobias

□□: run for fun

□□: 212

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 40:08

□□: 14.58 km/h

□□□□: 4:07 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 246)

□□□□□/□: 7 (of 148)

□□□□□□: 33:48

□□□□□: 2(of 27)

□□□□□□□: 39:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	12:36	3:52	2	0:20	9	2:05	3.25	12:36	3:52	2	0:20	9	2:05
□□ 2	3.25	13:42	4:12	2	0:14	8	2:11	6.50	26:18	4:02	2	0:34	7	4:16
□□□ □□	3.25	13:50	4:15	2	0:28	8	2:11	9.75	40:08	4:06	2	1:02	7	6:20