



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Koch, Sarah

□□: Paderborn

□□: 119

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:00:47

□□: 8.88 km/h

□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□: 133 (of 220)

□□□□□/□: 45 (of 94)

□□□□□□: 40:57

□□□□□: 10(of 15)

□□□□□□□: 48:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	19:23	5:57	10	2:57	48	6:26	3.25	19:23	5:57	10	2:57	48	6:26	
□□ 2	3.25	20:47	6:23	10	4:47	46	20:46	6.50	40:10	6:10	10	7:44	46	23:12	
□□□ □□	3.25	20:37	6:20	10	4:28	44	6:31	9.75	1:00:47	6:14	10	12:12	45	19:50	