



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Koch, Susi

□□: Leverkusen

□□: 120

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:01:20

□□: 8.80 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 137 (of 220)

□□□□□/□: 48 (of 94)

□□□□□□: 40:57

□□□□□: 9(of 15)

□□□□□□□: 52:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	19:35	6:01	11	2:22	53	6:38	3.25	19:35	6:01	11	2:22	53	6:38
□□ 2	3.25	20:34	6:19	9	2:47	44	20:33	6.50	40:09	6:10	9	5:06	45	23:11
□□□ □□	3.25	21:11	6:31	9	3:42	51	7:05	9.75	1:01:20	6:17	9	8:48	48	20:23