



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Bahl, Andreas

□□: Gelsenkirchen

□□: 5

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:01:44

□□: 8.75 km/h

□□□□: 6:20 min/km

□□□□□/□□□: 138 (of 220)

□□□□□/□: 90 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 13(of 18)

□□□□□□□: 39:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	19:06	5:52	12	6:44	85	7:53	3.25	19:06	5:52	12	6:44	85	7:53
□□ 2	3.25	21:28	6:36	14	8:10	93	21:27	6.50	40:34	6:14	12	14:54	89	23:13
□□□ □□	3.25	21:10	6:30	14	7:22	94	8:58	9.75	1:01:44	6:19	13	22:15	90	26:14