



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Semelink, Beate

□□: Warburger SV

□□: 225

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:03:27

□□: 9.22 km/h

□□□□: 6:31 min/km

□□□□□/□□□: 152 (of 220)

□□□□□/□: 56 (of 94)

□□□□□□: 40:57

□□□□□: 11(of 19)

□□□□□□□: 49:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	20:42	6:22	12	4:23	61	7:45	3.25	20:42	6:22	12	4:23	61	7:45
□□ 2	3.25	21:36	6:38	11	5:09	54	21:35	6.50	42:18	6:30	12	9:32	59	25:20
□□□ □□	3.25	21:09	6:30	11	4:31	50	7:03	9.75	1:03:27	6:30	11	14:03	56	22:30