14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Morgenweck, Reik

□□: Breitungen
□□: 158

□□: 9.75 km
10 km Lauf

□□□□:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 43:11

□□: 13.55 km/h
□□□□: 4:26 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 220)
□□□□□/□: 11 (of 126)
□□□□□□: 35:30

□□□□□: 3(of 18)
□□□□□□□: 39:29

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	13:38	4:11	3	1:16	14	2:25	3.25	13:38	4:11	3	1:16	14	2:25
□□ 2	3.25	14:45	4:32	4	1:27	15	14:44	6.50	28:23	4:21	3	2:43	14	11:02
□□□ □□	3.25	14:48	4:33	4	1:00	12	2:36	9.75	43:11	4:25	3	3:42	11	7:41