



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Padberg, Dirk

□□: Cookie Monster Running

□□: 174

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:12:51

□□: 8.03 km/h

□□□□: 7:28 min/km

□□□□□/□□□: 203 (of 220)

□□□□□/□: 121 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 18(of 18)

□□□□□□□: 42:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	24:07	7:25	18	10:54	124	12:54	3.25	24:07	7:25	18	10:54	124	12:54	
□□ 2	3.25	27:08	8:20	18	27:07	124	27:07	6.50	51:15	7:53	18	33:10	124	33:54	
□□□ □□	3.25	21:36	6:38	10	6:43	97	9:24	9.75	1:12:51	7:28	18	29:56	121	37:21	