



# 14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Dittmer, Patrick

□□: Rotenburg

□□: 38

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:11:01

□□: 7.60 km/h

□□□□: 7:17 min/km

□□□□□/□□□: 193 (of 220)

□□□□□/□: 115 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 22(of 22)

□□□□□□□: 35:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	21:53	6:44	21	10:40	113	10:40	3.25	21:53	6:44	21	10:40	113	10:40
□□ 2	3.25	24:23	7:30	22	12:18	117	24:22	6.50	46:16	7:07	22	22:58	115	28:55
□□□ □□	3.25	24:45	7:36	22	12:33	116	12:33	9.75	1:11:01	7:17	22	35:31	115	35:31