



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Sponheimer, Andrea

□□: ULT Heustadlwasser

□□: 235

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 49:24

□□: 10.93 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 220)

□□□□□/□: 6 (of 94)

□□□□□□: 40:57

□□□□□: 1(of 19)

□□□□□□□: 49:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	16:19	5:01	1	-	8	3:22	3.25	16:19	5:01	1	-	8	3:22
□□ 2	3.25	16:27	5:03	1	-	7	16:26	6.50	32:46	5:02	1	-	7	15:48
□□□ □□	3.25	16:38	5:07	1	-	6	2:32	9.75	49:24	5:03	1	-	6	8:27