



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Unger, Wolfgang

□□: Meerbusch

□□: 244

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 51:14

□□: 10.54 km/h

□□□□: 5:15 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 220)

□□□□□/□: 45 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 4(of 15)

□□□□□□□: 41:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:25	5:03	4	3:23	43	5:12	3.25	16:25	5:03	4	3:23	43	5:12	
□□ 2	3.25	17:43	5:27	5	3:43	51	17:42	6.50	34:08	5:15	4	7:06	48	16:47	
□□□ □□	3.25	17:06	5:15	4	2:55	38	4:54	9.75	51:14	5:15	4	10:01	45	15:44	