



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Schoppengerd, Christopher

□□: Rietberg

□□: 498

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 50:26

□□: 11.60 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 46 (of 220)

□□□□□/□: 40 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 11(of 22)

□□□□□□□: 35:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:19	5:01	10	5:03	40	5:06	3.25	16:19	5:01	10	5:03	40	5:06
□□ 2	3.25	16:58	5:13	12	16:57	40	16:57	6.50	33:17	5:07	11	15:56	41	15:56
□□□ □□	3.25	17:09	5:16	11	4:46	40	4:57	9.75	50:26	5:10	11	14:33	40	14:56