



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Puhlmann, Rabea

□□: skylinerunner

□□: 185

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 53:11

□□: 11.00 km/h

□□□□: 5:27 min/km

□□□□□/□□□: 72 (of 220)

□□□□□/□: 15 (of 94)

□□□□□□: 40:57

□□□□□: 2(of 15)

□□□□□□□: 48:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	18:46	5:46	8	2:20	37	5:49	3.25	18:46	5:46	8	2:20	37	5:49
□□ 2	3.25	17:38	5:25	2	1:38	13	17:37	6.50	36:24	5:35	3	3:58	20	19:26
□□□ □□	3.25	16:47	5:09	2	0:38	7	2:41	9.75	53:11	5:27	2	4:36	15	12:14