



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Sohr, Alexander

□□: Schönwalde-Glien

□□: 231

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 54:15

□□: 10.78 km/h

□□□□: 5:34 min/km

□□□□□/□□□: 80 (of 220)

□□□□□/□: 63 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 7(of 18)

□□□□□□□: 39:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:28	5:40	10	6:06	79	7:15	3.25	18:28	5:40	10	6:06	79	7:15
□□ 2	3.25	17:55	5:30	7	4:37	56	17:54	6.50	36:23	5:35	9	10:43	71	19:02
□□□ □□	3.25	17:52	5:29	7	4:04	53	5:40	9.75	54:15	5:33	7	14:46	63	18:45