



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Slama, Dieter

□□: LG Vellmar

□□: 228

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 54:35

□□: 10.72 km/h

□□□□: 5:36 min/km

□□□□□/□□□: 87 (of 220)

□□□□□/□: 66 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 4(of 8)

□□□□□□□: 43:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:23	5:20	4	3:34	58	6:10	3.25	17:23	5:20	4	3:34	58	6:10
□□ 2	3.25	18:33	5:42	4	3:48	67	18:32	6.50	35:56	5:31	4	7:22	65	18:35
□□□ □□	3.25	18:39	5:44	4	3:57	65	6:27	9.75	54:35	5:35	4	11:19	66	19:05