



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Heinlein, Heiko

□□: Saalfeld

□□: 85

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 54:49

□□: 9.85 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 89 (of 220)

□□□□□/□: 67 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 9(of 15)

□□□□□□□: 41:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:02	5:14	6	4:00	53	5:49	3.25	17:02	5:14	6	4:00	53	5:49
□□ 2	3.25	18:49	5:47	10	4:49	71	18:48	6.50	35:51	5:30	8	8:49	62	18:30
□□□ □□	3.25	18:58	5:50	10	4:47	68	6:46	9.75	54:49	5:37	9	13:36	67	19:19