



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Röschke, Dirk

□□: Hörselberg Runners

□□: 405

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:51:06

□□: 11.88 km/h

□□□□: 4:53 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 159)

□□□□□/□: 31 (of 122)

□□□□□□: 1:28:31

□□□□□: 6(of 15)

□□□□□□□: 1:34:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:16	4:23	5	1:50	24	2:31	3.25	14:16	4:23	5	1:50	24	2:31	
□□ 2	3.25	15:28	4:45	4	2:08	32	3:06	6.50	29:44	4:34	5	3:58	27	5:32	
□□ 3	3.25	16:05	4:56	7	2:36	37	3:34	9.75	45:49	4:41	5	6:34	32	9:06	
□□ 4	3.25	16:41	5:08	7	3:04	43	3:59	13.00	1:02:30	4:48	4	9:38	31	12:48	
□□ 5	3.25	16:45	5:09	7	2:51	39	3:49	16.25	1:19:15	4:52	6	12:29	33	16:36	
□□ 6	3.25	16:00	4:55	5	1:53	28	3:05	19.50	1:35:15	4:53	6	14:22	31	19:26	
□□□ □□	3.25	15:51	4:52	4	1:56	27	3:14	22.75	1:51:06	4:53	6	16:18	31	22:35	