



# 10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

**Winkler, Heiko**

□□: Poeler SV 1923 e.V.

□□: 448

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:53:50

□□: 11.60 km/h

□□□□: 5:00 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 159)

□□□□□/□: 37 (of 122)

□□□□□□: 1:28:31

□□□□□: 7(of 23)

□□□□□□□: 1:28:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:46	5:09	11	4:57	61	5:01	3.25	16:46	5:09	11	4:57	61	5:01	
□□ 2	3.25	16:00	4:55	8	3:38	41	3:38	6.50	32:46	5:02	10	8:34	52	8:34	
□□ 3	3.25	15:55	4:53	8	3:22	34	3:24	9.75	48:41	4:59	8	11:56	43	11:58	
□□ 4	3.25	15:51	4:52	8	3:09	29	3:09	13.00	1:04:32	4:57	8	14:50	41	14:50	
□□ 5	3.25	16:18	5:00	8	3:22	33	3:22	16.25	1:20:50	4:58	8	18:11	39	18:11	
□□ 6	3.25	16:33	5:05	7	3:38	39	3:38	19.50	1:37:23	4:59	8	21:34	38	21:34	
□□□ □□	3.25	16:27	5:03	8	3:50	37	3:50	22.75	1:53:50	5:00	7	25:19	37	25:19	