



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Zeyn, Frank

□□: Hannover Runners

□□: 456

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:56:52

□□: 11.29 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 159)

□□□□□/□: 45 (of 122)

□□□□□□: 1:28:31

□□□□□: 8(of 15)

□□□□□□□: 1:34:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:50	4:33	6	2:24	28	3:05	3.25	14:50	4:33	6	2:24	28	3:05	
□□ 2	3.25	16:14	4:59	9	2:54	42	3:52	6.50	31:04	4:46	7	5:18	36	6:52	
□□ 3	3.25	16:46	5:09	10	3:17	52	4:15	9.75	47:50	4:54	9	8:35	40	11:07	
□□ 4	3.25	17:05	5:15	8	3:28	49	4:23	13.00	1:04:55	4:59	9	12:03	43	15:13	
□□ 5	3.25	17:08	5:16	9	3:14	46	4:12	16.25	1:22:03	5:02	9	15:17	44	19:24	
□□ 6	3.25	17:27	5:22	9	3:20	46	4:32	19.50	1:39:30	5:06	8	18:37	45	23:41	
□□□ □□	3.25	17:22	5:20	9	3:27	48	4:45	22.75	1:56:52	5:08	8	22:04	45	28:21	