



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Hake, Achim

□□: Beverungen

□□: 539

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 3:35:18

□□: 11.70 km/h

□□□□: 5:06 min/km

□□□□□/□□□□: 19 (of 119)

□□□□□/□: 19 (of 107)

□□□□□□: 2:53:03

□□□□□: 2(of 16)

□□□□□□□: 3:11:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:01	4:55	5	2:40	39	4:12	3.25	16:01	4:55	5	2:40	39	4:12	
□□ 2	3.25	16:25	5:03	3	2:40	39	3:45	6.50	32:26	4:59	5	5:20	39	7:57	
□□ 3	3.25	16:38	5:07	4	2:43	37	4:07	9.75	49:04	5:01	4	8:03	40	11:51	
□□ 4	3.25	16:38	5:07	4	2:33	33	3:59	13.00	1:05:42	5:03	4	10:36	40	15:42	
□□ 5	3.25	16:35	5:06	2	2:25	29	3:38	16.25	1:22:17	5:03	4	13:01	34	19:20	
□□ 6	3.25	16:53	5:11	4	2:26	34	3:47	19.50	1:39:10	5:05	4	15:27	32	23:01	
□□ 7	3.25	16:45	5:09	5	2:00	27	3:41	22.75	1:55:55	5:05	4	17:27	31	26:29	
□□ 8	3.25	16:51	5:11	3	1:47	24	3:46	26.00	2:12:46	5:06	4	19:14	29	30:15	
□□ 9	3.25	16:48	5:10	3	1:33	22	3:13	29.25	2:29:34	5:06	2	20:47	26	33:28	
□□ 10	3.25	16:38	5:07	2	1:07	15	2:31	32.50	2:46:12	5:06	2	21:54	24	35:59	
□□ 11	3.25	16:33	5:05	2	0:55	14	2:36	35.75	3:02:45	5:06	2	22:49	23	38:35	
□□ 12	3.25	16:26	5:03	2	0:40	12	2:24	39.00	3:19:11	5:06	2	23:29	21	40:59	
□□□ □□	3.25	16:07	4:57	2	0:39	10	1:16	42.25	3:35:18	5:05	2	24:08	19	42:15	