



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

NELKE, Matthias

□□: DJK Teutonia Gaustadt

□□: 461

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:39:17

□□: 13.30 km/h

□□□□: 4:22 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 261)

□□□□□/□: 18 (of 215)

□□□□□□: 1:25:10

□□□□□: 1(of 34)

□□□□□□□: 1:39:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	12:51	3:57	1	-	15	1:33	3.25	12:51	3:57	1	-	15	1:33
□□ 2	3.25	14:09	4:21	1	-	27	2:20	6.50	27:00	4:09	1	-	19	3:39
□□ 3	3.25	14:23	4:25	1	-	21	2:11	9.75	41:23	4:14	1	-	19	5:50
□□ 4	3.25	14:29	4:27	2	0:54	26	2:03	13.00	55:52	4:17	1	-	19	7:53
□□ 5	3.25	14:31	4:28	2	1:23	23	2:01	16.25	1:10:23	4:19	1	-	20	9:54
□□ 6	3.25	14:38	4:30	2	0:50	18	2:10	19.50	1:25:01	4:21	1	-	19	12:04
□□□ □□	3.25	14:16	4:23	2	0:41	14	12:10	22.75	1:39:17	4:21	2	7:38	20	1:37:11