



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

KOCH, Christian

□□: TV Gladenbach

□□: 413

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:59:34

□□: 11.42 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□□: 82 (of 261)

□□□□□/□: 77 (of 215)

□□□□□□: 1:25:10

□□□□□: 20(of 35)

□□□□□□□: 1:31:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:40	4:49	21	4:04	79	4:22	3.25	15:40	4:49	21	4:04	79	4:22	
□□ 2	3.25	15:27	4:45	20	2:48	62	3:38	6.50	31:07	4:47	20	6:43	66	7:46	
□□ 3	3.25	16:47	5:09	19	3:47	79	4:35	9.75	47:54	4:54	19	10:15	71	12:21	
□□ 4	3.25	17:12	5:17	19	4:11	80	4:46	13.00	1:05:06	5:00	19	13:57	74	17:07	
□□ 5	3.25	17:43	5:27	19	4:25	85	5:13	16.25	1:22:49	5:05	19	18:17	74	22:20	
□□ 6	3.25	18:39	5:44	20	4:57	94	6:11	19.50	1:41:28	5:12	20	23:14	78	28:31	
□□□ □□	3.25	18:06	5:34	20	5:02	88	16:00	22.75	1:59:34	5:15	20	28:08	79	1:57:28	