



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

HÖLZEL, Holger

□□: Sportshop-Triathlon Team

□□: 674

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:03:29

□□: 11.05 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 261)

□□□□□/□: 89 (of 215)

□□□□□□: 1:25:10

□□□□□: 11(of 34)

□□□□□□□: 1:39:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:36	4:47	11	2:45	78	4:18	3.25	15:36	4:47	11	2:45	78	4:18
□□ 2	3.25	17:03	5:14	14	2:54	103	5:14	6.50	32:39	5:01	11	5:39	88	9:18
□□ 3	3.25	17:29	5:22	14	3:06	101	5:17	9.75	50:08	5:08	12	8:45	90	14:35
□□ 4	3.25	17:25	5:21	9	3:50	85	4:59	13.00	1:07:33	5:11	11	11:41	90	19:34
□□ 5	3.25	18:04	5:33	10	4:56	91	5:34	16.25	1:25:37	5:16	9	15:14	86	25:08
□□ 6	3.25	18:47	5:46	13	4:59	97	6:19	19.50	1:44:24	5:21	10	19:23	88	31:27
□□□ □□	3.25	19:05	5:52	16	5:30	104	16:59	22.75	2:03:29	5:25	12	31:50	91	2:01:23