



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Wrozyna, Waldemar

□□: Löwenläufer Braunschweig

□□: 540

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:54:58

□□: 11.48 km/h

□□□□: 5:03 min/km

□□□□□/□□□: 43 (of 244)

□□□□□/□: 39 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 2(of 22)

□□□□□□□: 1:53:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:59	4:55	3	0:23	57	3:01	3.25	15:59	4:55	3	0:23	57	3:01	
□□ 2	3.25	15:51	4:52	2	0:19	49	2:47	6.50	31:50	4:53	2	0:27	52	5:30	
□□ 3	3.25	16:29	5:04	2	0:47	48	3:19	9.75	48:19	4:57	2	1:14	50	8:49	
□□ 4	3.25	16:53	5:11	2	0:47	48	3:53	13.00	1:05:12	5:00	2	2:01	49	12:42	
□□ 5	3.25	17:06	5:15	2	0:29	48	4:19	16.25	1:22:18	5:03	2	2:30	48	17:01	
□□ 6	3.25	16:39	5:07	1	-	32	3:45	19.50	1:38:57	5:04	2	2:08	42	20:46	
□□□ □□	3.25	16:01	4:55	1	-	24	2:57	22.75	1:54:58	5:03	2	1:00	40	42:42	