



# 13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Hoppenheit, Roland

□□: Pankrunners

□□: 390

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:01:30

□□: 11.23 km/h

□□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 67 (of 244)

□□□□□/□: 60 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 9(of 38)

□□□□□□□: 1:57:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:00	5:32	18	2:41	105	5:02	3.25	18:00	5:32	18	2:41	105	5:02	
□□ 2	3.25	17:12	5:17	17	1:43	92	4:08	6.50	35:12	5:24	17	4:24	98	8:52	
□□ 3	3.25	17:02	5:14	9	2:19	60	3:52	9.75	52:14	5:21	16	5:07	89	12:44	
□□ 4	3.25	17:02	5:14	6	0:48	55	4:02	13.00	1:09:16	5:19	13	4:31	80	16:46	
□□ 5	3.25	17:25	5:21	7	1:48	58	4:38	16.25	1:26:41	5:20	10	5:03	72	21:24	
□□ 6	3.25	17:42	5:26	7	0:23	53	4:48	19.50	1:44:23	5:21	9	4:49	66	26:12	
□□□ □□	3.25	17:07	5:15	1	-	37	4:03	22.75	2:01:30	5:20	10	49:14	61	49:14	