



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Hesse, Fabian

□□: Lauffieber Dortmund

□□: 680

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:02:54

□□: 10.74 km/h

□□□□: 5:24 min/km

□□□□□/□□□: 77 (of 244)

□□□□□/□: 68 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 12(of 25)

□□□□□□□: 1:31:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:49	5:28	20	4:35	101	4:51	3.25	17:49	5:28	20	4:35	101	4:51
□□ 2	3.25	16:53	5:11	14	3:49	75	3:49	6.50	34:42	5:20	19	8:22	95	8:22
□□ 3	3.25	17:14	5:18	12	4:04	69	4:04	9.75	51:56	5:19	15	12:26	85	12:26
□□ 4	3.25	16:51	5:11	10	3:51	46	3:51	13.00	1:08:47	5:17	15	16:17	76	16:17
□□ 5	3.25	17:22	5:20	10	4:35	54	4:35	16.25	1:26:09	5:18	14	20:52	70	20:52
□□ 6	3.25	18:06	5:34	10	5:12	59	5:12	19.50	1:44:15	5:20	12	26:04	65	26:04
□□□ □□	3.25	18:39	5:44	13	5:35	68	5:35	22.75	2:02:54	5:24	12	31:39	69	50:38