



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Ehlert, Sebastian

□□: Zahntechnik Berlin

□□: 349

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:04:07

□□: 11.00 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 244)

□□□□□/□: 73 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 14(of 25)

□□□□□□□: 1:31:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:14	4:59	12	3:00	66	3:16	3.25	16:14	4:59	12	3:00	66	3:16	
□□ 2	3.25	16:49	5:10	13	3:45	73	3:45	6.50	33:03	5:05	13	6:43	67	6:43	
□□ 3	3.25	18:01	5:32	18	4:51	101	4:51	9.75	51:04	5:14	14	11:34	77	11:34	
□□ 4	3.25	17:25	5:21	14	4:25	64	4:25	13.00	1:08:29	5:16	14	15:59	73	15:59	
□□ 5	3.25	17:47	5:28	13	5:00	64	5:00	16.25	1:26:16	5:18	15	20:59	71	20:59	
□□ 6	3.25	18:37	5:43	15	5:43	72	5:43	19.50	1:44:53	5:22	13	26:42	69	26:42	
□□□ □□	3.25	19:14	5:55	14	6:10	76	6:10	22.75	2:04:07	5:27	14	32:52	74	51:51	