



# 13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Knierim, Achim

□□: Running Team Grafenberg

□□: 408

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:04:24

□□: 10.61 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 84 (of 244)

□□□□□/□: 74 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 12(of 38)

□□□□□□□: 1:57:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:12	4:59	8	0:53	64	3:14	3.25	16:12	4:59	8	0:53	64	3:14	
□□ 2	3.25	16:26	5:03	9	0:57	62	3:22	6.50	32:38	5:01	6	1:50	59	6:18	
□□ 3	3.25	17:02	5:14	9	2:19	60	3:52	9.75	49:40	5:05	8	2:33	63	10:10	
□□ 4	3.25	17:38	5:25	9	1:24	72	4:38	13.00	1:07:18	5:10	8	2:33	63	14:48	
□□ 5	3.25	18:33	5:42	14	2:56	84	5:46	16.25	1:25:51	5:16	9	4:13	67	20:34	
□□ 6	3.25	19:13	5:54	17	1:54	85	6:19	19.50	1:45:04	5:23	11	5:30	71	26:53	
□□□ □□	3.25	19:20	5:56	16	2:13	83	6:16	22.75	2:04:24	5:28	13	52:08	75	52:08	