



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Hartkopf, Ingo

□□: Die Hartköpfe

□□: 376

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:05:43

□□: 10.50 km/h

□□□□: 5:32 min/km

□□□□□/□□□: 92 (of 244)

□□□□□/□: 77 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 3(of 22)

□□□□□□□: 1:53:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:36	4:47	1	-	42	2:38	3.25	15:36	4:47	1	-	42	2:38	
□□ 2	3.25	16:27	5:03	3	0:55	63	3:23	6.50	32:03	4:55	3	0:40	54	5:43	
□□ 3	3.25	17:20	5:19	4	1:38	71	4:10	9.75	49:23	5:03	3	2:18	59	9:53	
□□ 4	3.25	18:16	5:37	6	2:10	88	5:16	13.00	1:07:39	5:12	3	4:28	65	15:09	
□□ 5	3.25	19:16	5:55	10	2:39	104	6:29	16.25	1:26:55	5:20	3	7:07	75	21:38	
□□ 6	3.25	19:26	5:58	8	2:47	91	6:32	19.50	1:46:21	5:27	3	9:32	78	28:10	
□□□ □□	3.25	19:22	5:57	7	3:21	84	6:18	22.75	2:05:43	5:31	3	11:45	78	53:27	