



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Slama, Dieter

□□: LG Vellmar

□□: 500

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:14:33

□□: 9.81 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□: 131 (of 244)

□□□□□/□: 109 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 13(of 22)

□□□□□□□: 1:53:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:49	5:28	9	2:13	101	4:51	3.25	17:49	5:28	9	2:13	101	4:51	
□□ 2	3.25	18:17	5:37	12	2:45	118	5:13	6.50	36:06	5:33	9	4:43	105	9:46	
□□ 3	3.25	18:54	5:48	11	3:12	122	5:44	9.75	55:00	5:38	10	7:55	112	15:30	
□□ 4	3.25	19:05	5:52	12	2:59	105	6:05	13.00	1:14:05	5:41	10	10:54	109	21:35	
□□ 5	3.25	20:01	6:09	15	3:24	124	7:14	16.25	1:34:06	5:47	11	14:18	112	28:49	
□□ 6	3.25	20:18	6:14	14	3:39	116	7:24	19.50	1:54:24	5:52	11	17:35	112	36:13	
□□□ □□	3.25	20:09	6:11	14	4:08	109	7:05	22.75	2:14:33	5:54	13	20:35	110	1:02:17	