



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Krösche, Jens

□□: Aktion Canchananabury Bochum

□□: 419

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:19:02

□□: 9.82 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□□: 155 (of 244)

□□□□□/□: 126 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 24(of 38)

□□□□□□□: 1:57:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	19:28	5:59	23	4:09	136	6:30	3.25	19:28	5:59	23	4:09	136	6:30
□□ 2	3.25	18:22	5:39	22	2:53	119	5:18	6.50	37:50	5:49	21	7:02	133	11:30
□□ 3	3.25	18:38	5:44	21	3:55	113	5:28	9.75	56:28	5:47	22	9:21	126	16:58
□□ 4	3.25	19:25	5:58	21	3:11	117	6:25	13.00	1:15:53	5:50	22	11:08	123	23:23
□□ 5	3.25	20:20	6:15	25	4:43	131	7:33	16.25	1:36:13	5:55	23	14:35	126	30:56
□□ 6	3.25	22:09	6:48	27	4:50	138	9:15	19.50	1:58:22	6:04	24	18:48	130	40:11
□□□ □□	3.25	20:40	6:21	22	3:33	119	7:36	22.75	2:19:02	6:06	25	1:06:46	127	1:06:46