



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Glesius, Sven

□□: Glesibros Runningschool

□□: 661

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:33:35

□□: 8.59 km/h

□□□□: 6:45 min/km

□□□□□/□□□: 198 (of 244)

□□□□□/□: 154 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 25(of 29)

□□□□□□□: 1:36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	20:55	6:26	26	7:57	161	7:57	3.25	20:55	6:26	26	7:57	161	7:57	
□□ 2	3.25	20:16	6:14	25	6:54	153	7:12	6.50	41:11	6:20	25	14:51	158	14:51	
□□ 3	3.25	21:04	6:28	25	7:44	153	7:54	9.75	1:02:15	6:23	25	22:35	157	22:45	
□□ 4	3.25	22:14	6:50	26	8:23	158	9:14	13.00	1:24:29	6:29	25	30:58	158	31:59	
□□ 5	3.25	22:43	6:59	25	8:27	160	9:56	16.25	1:47:12	6:35	25	39:25	156	41:55	
□□ 6	3.25	23:24	7:11	24	9:03	155	10:30	19.50	2:10:36	6:41	25	48:28	156	52:25	
□□□ □□	3.25	22:59	7:04	23	8:48	141	9:55	22.75	2:33:35	6:45	25	57:16	155	1:21:19	