



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Meyer, Jan-Henrik

□□: Racebooker / Laufspaß Niedersachsen

□□: 740

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 2:54:17

□□: 7.57 km/h

□□□□: 7:40 min/km

□□□□□/□□□: 231 (of 244)

□□□□□/□: 171 (of 179)

□□□□□□: 1:31:15

□□□□□: 24(of 26)

□□□□□□□: 1:33:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	20:23	6:16	25	7:16	157	7:25	3.25	20:23	6:16	25	7:16	157	7:25	
□□ 2	3.25	23:14	7:08	25	10:01	173	10:10	6.50	43:37	6:42	25	17:13	171	17:17	
□□ 3	3.25	24:35	7:33	25	11:01	174	11:25	9.75	1:08:12	6:59	25	28:14	171	28:42	
□□ 4	3.25	25:20	7:47	25	11:55	174	12:20	13.00	1:33:32	7:11	25	40:08	173	41:02	
□□ 5	3.25	25:19	7:47	23	11:55	169	12:32	16.25	1:58:51	7:18	25	52:03	173	53:34	
□□ 6	3.25	26:38	8:11	24	13:03	171	13:44	19.50	2:25:29	7:27	25	1:05:06	172	1:07:18	
□□□ □□	3.25	28:48	8:51	23	15:29	170	15:44	22.75	2:54:17	7:39	24	1:20:35	172	1:42:01	