



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Christensen, Lars

□□: Klub 100 Marathon Danmark

□□: 624

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 4:23:24

□□: 9.62 km/h

□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□□: 121 (of 193)

□□□□□/□: 107 (of 161)

□□□□□□: 2:49:28

□□□□□: 10(of 20)

□□□□□□□: 3:36:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:44	5:45	9	3:25	111	6:54	3.25	18:44	5:45	9	3:25	111	6:54	
□□ 2	3.25	18:40	5:44	11	2:24	115	6:13	6.50	37:24	5:45	10	5:49	113	13:07	
□□ 3	3.25	19:36	6:01	12	4:13	133	7:05	9.75	57:00	5:50	11	9:01	119	20:12	
□□ 4	3.25	19:04	5:51	11	3:30	112	6:19	13.00	1:16:04	5:51	11	12:31	116	26:31	
□□ 5	3.25	18:52	5:48	7	3:13	102	5:58	16.25	1:34:56	5:50	10	15:44	113	32:29	
□□ 6	3.25	18:33	5:42	6	2:45	85	18:32	19.50	1:53:29	5:49	10	18:29	109	39:52	
□□ 7	3.25	19:02	5:51	5	3:01	90	5:41	22.75	2:12:31	5:49	9	21:30	104	44:37	
□□ 8	3.25	19:59	6:08	8	4:06	100	19:58	26.00	2:32:30	5:51	9	25:36	102	1:04:35	
□□ 9	3.25	20:05	6:10	8	3:50	91	6:46	29.25	2:52:35	5:54	9	29:26	102	1:09:37	
□□ 10	3.25	25:00	7:41	19	8:01	149	11:33	32.50	3:17:35	6:04	10	37:27	108	1:18:44	
□□ 11	3.25	21:18	6:33	7	3:06	91	8:10	35.75	3:38:53	6:07	10	40:33	107	1:23:17	
□□ 12	3.25	23:01	7:04	11	4:17	113	9:48	39.00	4:01:54	6:12	10	44:50	108	1:29:02	
□□□ □□	3.25	21:30	6:36	11	3:51	99	8:25	42.25	4:23:24	6:14	10	46:44	107	1:33:56	