



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Kister, Marco

□□: Kister IT

□□: 701

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 4:31:12

□□: 9.29 km/h

□□□□: 6:25 min/km

□□□□□/□□□□: 140 (of 193)

□□□□□/□: 122 (of 161)

□□□□□□: 2:49:28

□□□□□: 19(of 28)

□□□□□□□: 2:57:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:28	5:03	8	4:17	60	4:38	3.25	16:28	5:03	8	4:17	60	4:38	
□□ 2	3.25	18:06	5:34	18	5:34	105	5:39	6.50	34:34	5:19	11	9:51	77	10:17	
□□ 3	3.25	19:13	5:54	21	6:28	124	6:42	9.75	53:47	5:30	17	16:19	91	16:59	
□□ 4	3.25	19:42	6:03	22	6:52	127	6:57	13.00	1:13:29	5:39	17	23:11	105	23:56	
□□ 5	3.25	19:51	6:06	21	6:52	124	6:57	16.25	1:33:20	5:44	18	30:03	108	30:53	
□□ 6	3.25	20:01	6:09	20	20:00	118	20:00	19.50	1:53:21	5:48	18	39:44	108	39:44	
□□ 7	3.25	20:27	6:17	18	7:01	113	7:06	22.75	2:13:48	5:52	18	45:54	107	45:54	
□□ 8	3.25	21:42	6:40	21	21:41	126	21:41	26.00	2:35:30	5:58	19	1:07:35	113	1:07:35	
□□ 9	3.25	22:14	6:50	20	8:04	125	8:55	29.25	2:57:44	6:04	18	1:14:46	114	1:14:46	
□□ 10	3.25	22:46	7:00	21	8:20	122	9:19	32.50	3:20:30	6:10	19	1:21:39	115	1:21:39	
□□ 11	3.25	24:41	7:35	23	9:38	135	11:33	35.75	3:45:11	6:17	19	1:29:35	120	1:29:35	
□□ 12	3.25	23:16	7:09	18	7:42	117	10:03	39.00	4:08:27	6:22	19	1:35:35	120	1:35:35	
□□□ □□	3.25	22:45	7:00	16	7:32	109	9:40	42.25	4:31:12	6:25	19	1:33:23	122	1:41:44	