



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Stier, Ronny

□□: Wesenberg

□□: 818

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 4:39:37

□□: 9.01 km/h

□□□□: 6:37 min/km

□□□□□/□□□□: 154 (of 193)

□□□□□/□: 133 (of 161)

□□□□□□: 2:49:28

□□□□□: 18(of 22)

□□□□□□□: 3:15:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:20	5:38	12	4:43	99	6:30	3.25	18:20	5:38	12	4:43	99	6:30	
□□ 2	3.25	18:25	5:40	15	5:17	111	5:58	6.50	36:45	5:39	13	10:00	105	12:28	
□□ 3	3.25	18:54	5:48	14	5:10	115	6:23	9.75	55:39	5:42	14	15:10	108	18:51	
□□ 4	3.25	19:03	5:51	13	5:22	111	6:18	13.00	1:14:42	5:44	15	20:32	109	25:09	
□□ 5	3.25	19:04	5:51	13	5:13	105	6:10	16.25	1:33:46	5:46	15	25:45	110	31:19	
□□ 6	3.25	20:25	6:16	15	6:37	129	20:24	19.50	1:54:11	5:51	15	32:22	112	40:34	
□□ 7	3.25	20:05	6:10	14	6:03	106	6:44	22.75	2:14:16	5:54	14	38:25	110	46:22	
□□ 8	3.25	20:39	6:21	12	5:59	111	20:38	26.00	2:34:55	5:57	14	44:24	112	1:07:00	
□□ 9	3.25	22:07	6:48	17	7:00	123	8:48	29.25	2:57:02	6:03	14	51:24	111	1:14:04	
□□ 10	3.25	22:53	7:02	17	7:28	124	9:26	32.50	3:19:55	6:09	14	58:03	113	1:21:04	
□□ 11	3.25	25:07	7:43	20	9:24	144	11:59	35.75	3:45:02	6:17	14	1:06:10	119	1:29:26	
□□ 12	3.25	26:54	8:16	22	10:57	151	13:41	39.00	4:11:56	6:27	16	1:15:32	126	1:39:04	
□□□ □□	3.25	27:41	8:31	21	11:52	147	14:36	42.25	4:39:37	6:37	18	1:24:23	133	1:50:09	