



13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

□□□□

Kiesow, Alex

□□: Assenheim

□□: 698

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 5:00:37

□□: 8.38 km/h

□□□□: 7:07 min/km

□□□□□/□□□: 181 (of 193)

□□□□□/□: 151 (of 161)

□□□□□□: 2:49:28

□□□□□: 33(of 35)

□□□□□□□: 3:16:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	19:45	6:04	25	5:01	127	7:55	3.25	19:45	6:04	25	5:01	127	7:55	
□□ 2	3.25	20:25	6:16	31	5:49	144	7:58	6.50	40:10	6:10	30	10:41	142	15:53	
□□ 3	3.25	20:20	6:15	32	5:36	142	7:49	9.75	1:00:30	6:12	32	16:17	142	23:42	
□□ 4	3.25	21:04	6:28	32	6:17	146	8:19	13.00	1:21:34	6:16	32	22:34	144	32:01	
□□ 5	3.25	20:45	6:23	32	6:05	142	7:51	16.25	1:42:19	6:17	32	28:39	145	39:52	
□□ 6	3.25	21:45	6:41	33	7:12	145	21:44	19.50	2:04:04	6:21	32	35:51	144	50:27	
□□ 7	3.25	22:32	6:56	34	8:05	146	9:11	22.75	2:26:36	6:26	32	43:56	143	58:42	
□□ 8	3.25	23:27	7:12	34	9:01	148	23:26	26.00	2:50:03	6:32	33	52:57	142	1:22:08	
□□ 9	3.25	24:05	7:24	34	9:09	151	10:46	29.25	3:14:08	6:38	33	1:02:06	144	1:31:10	
□□ 10	3.25	24:37	7:34	32	9:17	144	11:10	32.50	3:38:45	6:43	33	1:11:23	145	1:39:54	
□□ 11	3.25	26:27	8:08	33	10:44	151	13:19	35.75	4:05:12	6:51	33	1:22:00	146	1:49:36	
□□ 12	3.25	27:30	8:27	33	12:07	155	14:17	39.00	4:32:42	6:59	33	1:33:08	149	1:59:50	
□□□ □□	3.25	27:55	8:35	31	12:44	149	14:50	42.25	5:00:37	7:06	33	1:43:57	151	2:11:09	