



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Delfs, Manja

□□: Kaltenkirchen

□□: 328

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:54:43

□□: 11.90 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□□: 44 (of 244)

□□□□□/□: 7 (of 67)

□□□□□□: 1:47:05

□□□□□: 1(of 12)

□□□□□□□: 1:54:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	15:41	4:49	1	-	9	1:18	3.25	15:41	4:49	1	-	9	1:18
□□ 2	3.25	15:49	4:51	1	-	5	0:54	6.50	31:30	4:50	1	-	6	2:12
□□ 3	3.25	15:56	4:54	1	-	5	0:58	9.75	47:26	4:51	1	-	6	3:09
□□ 4	3.25	16:20	5:01	1	-	7	0:55	13.00	1:03:46	4:54	1	-	7	4:04
□□ 5	3.25	16:50	5:10	1	-	7	1:06	16.25	1:20:36	4:57	1	-	7	5:04
□□ 6	3.25	16:56	5:12	1	-	7	1:23	19.50	1:37:32	5:00	1	-	7	6:09
□□□ □□	3.25	17:11	5:17	1	-	10	2:02	22.75	1:54:43	5:02	1	-	7	7:38