



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Grond, Josef

□□: Northwood Runners

□□: 649

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 1:58:10

□□: 11.17 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 244)

□□□□□/□: 43 (of 177)

□□□□□□: 1:31:43

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:58:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:36	5:06	1	-	58	4:38	3.25	16:36	5:06	1	-	58	4:38	
□□ 2	3.25	16:59	5:13	1	-	68	4:24	6.50	33:35	5:10	1	-	63	9:02	
□□ 3	3.25	17:12	5:17	1	-	62	4:28	9.75	50:47	5:12	1	-	61	13:02	
□□ 4	3.25	16:43	5:08	1	-	39	3:30	13.00	1:07:30	5:11	1	-	55	16:19	
□□ 5	3.25	17:01	5:14	1	-	40	3:45	16.25	1:24:31	5:12	1	-	52	19:34	
□□ 6	3.25	17:13	5:17	1	-	36	3:52	19.50	1:41:44	5:13	1	-	49	23:02	
□□□ □□	3.25	16:26	5:03	1	-	27	3:38	22.75	1:58:10	5:11	1	-	43	26:27	