



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Schake, Markus

□□: Braunschweig

□□: 483

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 2:02:08

□□: 11.18 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 64 (of 244)

□□□□□/□: 53 (of 177)

□□□□□□: 1:31:43

□□□□□: 9(of 21)

□□□□□□□: 1:31:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:37	5:06	11	3:51	60	4:39	3.25	16:37	5:06	11	3:51	60	4:39
□□ 2	3.25	16:36	5:06	11	3:44	59	4:01	6.50	33:13	5:06	12	7:29	58	8:40
□□ 3	3.25	17:16	5:18	12	4:32	63	4:32	9.75	50:29	5:10	11	12:01	58	12:44
□□ 4	3.25	17:28	5:22	9	4:15	54	4:15	13.00	1:07:57	5:13	9	16:07	56	16:46
□□ 5	3.25	17:46	5:28	11	4:30	55	4:30	16.25	1:25:43	5:16	10	20:37	57	20:46
□□ 6	3.25	17:53	5:30	10	4:32	48	4:32	19.50	1:43:36	5:18	10	24:54	54	24:54
□□□ □□	3.25	18:32	5:42	12	5:44	66	5:44	22.75	2:02:08	5:22	9	30:25	53	30:25