



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Förster, Udo

□□: Team Camerone e.V.

□□: 344

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:03:04

□□: 10.73 km/h

□□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 70 (of 244)

□□□□□/□: 58 (of 177)

□□□□□□: 1:31:43

□□□□□: 2(of 23)

□□□□□□□: 1:57:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:33	5:05	4	1:52	56	4:35	3.25	16:33	5:05	4	1:52	56	4:35	
□□ 2	3.25	17:01	5:14	4	1:39	69	4:26	6.50	33:34	5:09	4	3:31	62	9:01	
□□ 3	3.25	17:56	5:31	6	0:48	84	5:12	9.75	51:30	5:16	3	3:59	66	13:45	
□□ 4	3.25	17:47	5:28	4	0:19	68	4:34	13.00	1:09:17	5:19	3	4:18	66	18:06	
□□ 5	3.25	17:30	5:23	1	-	48	4:14	16.25	1:26:47	5:20	3	3:44	61	21:50	
□□ 6	3.25	18:16	5:37	3	0:31	61	4:55	19.50	1:45:03	5:23	3	4:15	63	26:21	
□□□ □□	3.25	18:01	5:32	4	1:23	53	5:13	22.75	2:03:04	5:24	2	5:38	58	31:21	