



# 14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Zschäbitz, Ralf

□□: Philippsthaler Landgrafen

□□: 553

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:04:16

□□: 10.98 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 244)

□□□□□/□: 65 (of 177)

□□□□□□: 1:31:43

□□□□□: 3(of 23)

□□□□□□□: 1:57:26

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1   | 3.25     | 16:02    | 4:56         | 3       | 1:21    | 46      | 4:04    | 3.25  | 16:02     | 4:56      | 3             | 1:21    | 46      | 4:04    |         |
| □□ 2   | 3.25     | 16:30    | 5:04         | 2       | 1:08    | 55      | 3:55    | 6.50  | 32:32     | 5:00      | 2             | 2:29    | 47      | 7:59    |         |
| □□ 3   | 3.25     | 17:08    | 5:16         | 1       | -       | 58      | 4:24    | 9.75  | 49:40     | 5:05      | 2             | 2:09    | 53      | 11:55   |         |
| □□ 4   | 3.25     | 17:46    | 5:28         | 3       | 0:18    | 66      | 4:33    | 13.00 | 1:07:26   | 5:11      | 2             | 2:27    | 54      | 16:15   |         |
| □□ 5   | 3.25     | 18:32    | 5:42         | 5       | 1:02    | 81      | 5:16    | 16.25 | 1:25:58   | 5:17      | 2             | 2:55    | 58      | 21:01   |         |
| □□ 6   | 3.25     | 19:01    | 5:51         | 6       | 1:16    | 76      | 5:40    | 19.50 | 1:44:59   | 5:23      | 2             | 4:11    | 62      | 26:17   |         |
| □□□ □□ | 3.25     | 19:17    | 5:56         | 6       | 2:39    | 79      | 6:29    | 22.75 | 2:04:16   | 5:27      | 3             | 6:50    | 65      | 32:33   |         |