



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Deffke, Merle

□□: Alfeld

□□: 324

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:12:46

□□: 9.94 km/h

□□□□: 5:50 min/km

□□□□□/□□□□: 115 (of 244)

□□□□□/□: 24 (of 67)

□□□□□□: 1:47:05

□□□□□: 5(of 12)

□□□□□□□: 1:54:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:49	5:10	4	1:08	15	2:26	3.25	16:49	5:10	4	1:08	15	2:26	
□□ 2	3.25	18:14	5:36	6	2:25	25	3:19	6.50	35:03	5:23	5	3:33	19	5:45	
□□ 3	3.25	18:36	5:43	5	2:40	26	3:38	9.75	53:39	5:30	5	6:13	21	9:22	
□□ 4	3.25	19:07	5:52	5	2:47	26	3:42	13.00	1:12:46	5:35	4	9:00	22	13:04	
□□ 5	3.25	19:35	6:01	5	2:45	25	3:51	16.25	1:32:21	5:40	4	11:45	22	16:49	
□□ 6	3.25	20:03	6:10	6	3:07	27	4:30	19.50	1:52:24	5:45	4	14:52	23	21:01	
□□□ □□	3.25	20:22	6:15	6	3:11	30	5:13	22.75	2:12:46	5:50	5	18:03	24	25:41	