



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Sieburg, Mike

□□: BSG Evonik Rheinland e.V.

□□: 509

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 2:13:46

□□: 9.87 km/h

□□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□□: 121 (of 244)

□□□□□/□: 95 (of 177)

□□□□□□: 1:31:43

□□□□□: 4(of 10)

□□□□□□□: 1:45:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:08	5:34	5	3:04	99	6:10	3.25	18:08	5:34	5	3:04	99	6:10
□□ 2	3.25	19:13	5:54	6	3:48	124	6:38	6.50	37:21	5:44	6	6:52	110	12:48
□□ 3	3.25	19:04	5:51	6	3:58	113	6:20	9.75	56:25	5:47	6	10:50	114	18:40
□□ 4	3.25	19:18	5:56	4	4:24	105	6:05	13.00	1:15:43	5:49	6	15:14	115	24:32
□□ 5	3.25	19:02	5:51	3	4:06	87	5:46	16.25	1:34:45	5:49	5	19:20	108	29:48
□□ 6	3.25	19:14	5:55	3	4:21	82	5:53	19.50	1:53:59	5:50	4	23:41	99	35:17
□□□ □□	3.25	19:47	6:05	4	5:02	90	6:59	22.75	2:13:46	5:52	4	28:43	95	42:03