



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Grygiel, Guido

□□: Bokel

□□: 361

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 2:14:14

□□: 10.17 km/h

□□□□: 5:54 min/km

□□□□□/□□□□: 122 (of 244)

□□□□□/□: 96 (of 177)

□□□□□□: 1:31:43

□□□□□: 11(of 30)

□□□□□□□: 1:45:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	20:03	6:10	19	5:53	146	8:05	3.25	20:03	6:10	19	5:53	146	8:05
□□ 2	3.25	18:32	5:42	12	3:56	113	5:57	6.50	38:35	5:56	14	9:49	131	14:02
□□ 3	3.25	18:16	5:37	11	3:19	94	5:32	9.75	56:51	5:49	12	13:08	117	19:06
□□ 4	3.25	18:25	5:40	10	3:07	86	5:12	13.00	1:15:16	5:47	12	16:15	112	24:05
□□ 5	3.25	19:35	6:01	12	4:07	96	6:19	16.25	1:34:51	5:50	12	20:22	109	29:54
□□ 6	3.25	19:37	6:02	11	4:19	93	6:16	19.50	1:54:28	5:52	11	24:41	101	35:46
□□□ □□	3.25	19:46	6:04	10	4:19	89	6:58	22.75	2:14:14	5:54	11	29:00	96	42:31