



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Marquardt, Alexander

□□□: 2:14:41

□□: Crazy Runners Team Frankenwald

□□: 9.80 km/h

□□: 432

□□□□: 5:55 min/km

□□: 22.75 km

□□□□□/□□□: 123 (of 244)

Halbmarathon

□□□□□/□: 97 (of 177)

□□□□□□: 1:31:43

□□□□:

□□□□□: 9(of 23)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 1:53:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:17	5:19	6	3:29	79	5:19	3.25	17:17	5:19	6	3:29	79	5:19	
□□ 2	3.25	16:43	5:08	4	2:39	63	4:08	6.50	34:00	5:13	6	6:08	71	9:27	
□□ 3	3.25	18:13	5:36	8	3:16	92	5:29	9.75	52:13	5:21	8	9:24	80	14:28	
□□ 4	3.25	18:40	5:44	9	2:49	90	5:27	13.00	1:10:53	5:27	7	12:13	78	19:42	
□□ 5	3.25	20:36	6:20	14	3:49	116	7:20	16.25	1:31:29	5:37	8	15:34	86	26:32	
□□ 6	3.25	21:16	6:32	13	4:11	112	7:55	19.50	1:52:45	5:46	9	18:07	92	34:03	
□□□ □□	3.25	21:56	6:44	13	5:27	117	9:08	22.75	2:14:41	5:55	9	21:10	97	42:58	