



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Kappler, Tom

□□: SG Indersdorf

□□: 390

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:44:51

□□: 8.01 km/h

□□□□: 7:15 min/km

□□□□□/□□□□: 211 (of 244)

□□□□□/□: 159 (of 177)

□□□□□□: 1:31:43

□□□□□: 32(of 34)

□□□□□□□: 1:38:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	20:10	6:12	29	6:53	150	8:12	3.25	20:10	6:12	29	6:53	150	8:12
□□ 2	3.25	23:18	7:10	33	9:22	172	10:43	6.50	43:28	6:41	32	16:15	167	18:55
□□ 3	3.25	22:50	7:01	32	8:49	168	10:06	9.75	1:06:18	6:47	32	24:44	168	28:33
□□ 4	3.25	23:57	7:22	31	9:44	164	10:44	13.00	1:30:15	6:56	32	34:26	168	39:04
□□ 5	3.25	24:27	7:31	32	10:20	160	11:11	16.25	1:54:42	7:03	32	44:25	164	49:45
□□ 6	3.25	24:41	7:35	31	10:51	157	11:20	19.50	2:19:23	7:08	32	54:39	160	1:00:41
□□□ □□	3.25	25:28	7:50	31	11:34	151	12:40	22.75	2:44:51	7:14	32	1:05:58	159	1:13:08