



# 14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Herbert, Stephan

□□: Marathon Steinfurt/Northwood Runners

□□: 666

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 3:30:05

□□: 12.07 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 185)

□□□□□/□: 15 (of 161)

□□□□□□: 2:53:52

□□□□□: 4(of 40)

□□□□□□□: 3:16:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:45	4:32	3	1:55	18	2:58	3.25	14:45	4:32	3	1:55	18	2:58	
□□ 2	3.25	15:13	4:40	3	1:46	18	15:12	6.50	29:58	4:36	3	3:41	19	12:43	
□□ 3	3.25	15:31	4:46	4	1:44	21	2:41	9.75	45:29	4:39	3	5:25	19	12:05	
□□ 4	3.25	15:23	4:44	3	1:14	18	2:25	13.00	1:00:52	4:40	3	6:39	19	11:13	
□□ 5	3.25	15:29	4:45	3	1:14	17	2:17	16.25	1:16:21	4:41	3	7:53	19	12:46	
□□ 6	3.25	15:46	4:51	4	1:14	19	2:28	19.50	1:32:07	4:43	3	9:07	19	15:14	
□□ 7	3.25	16:02	4:56	4	1:14	17	2:40	22.75	1:48:09	4:45	3	10:21	19	17:41	
□□ 8	3.25	16:22	5:02	5	1:31	17	16:21	26.00	2:04:31	4:47	4	11:34	22	20:18	
□□ 9	3.25	16:29	5:04	5	0:50	15	2:30	29.25	2:21:00	4:49	4	12:24	22	22:48	
□□ 10	3.25	17:03	5:14	5	1:04	16	3:07	32.50	2:38:03	4:51	4	13:28	19	25:45	
□□ 11	3.25	17:23	5:20	4	1:10	16	17:22	35.75	2:55:26	4:54	4	14:10	19	29:07	
□□ 12	3.25	17:25	5:21	3	1:10	15	3:35	39.00	3:12:51	4:56	4	14:09	18	32:30	
□□□ □□	3.25	17:14	5:18	6	1:01	21	4:12	42.25	3:30:05	4:58	4	13:55	15	36:13	