



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Christensen, Lars

□□: Klub 100 marathon Danmark

□□: 617

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 4:53:24

□□: 8.64 km/h

□□□□: 6:56 min/km

□□□□□/□□□: 154 (of 185)

□□□□□/□: 138 (of 161)

□□□□□□: 2:53:52

□□□□□: 26(of 30)

□□□□□□□: 3:39:08

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	20:28	6:17	24	6:43	136	8:41	3.25	20:28	6:17	24	6:43	136	8:41	
□□ 2	3.25	19:44	6:04	24	5:40	134	19:43	6.50	40:12	6:11	25	12:23	134	22:57	
□□ 3	3.25	20:00	6:09	23	5:31	133	7:10	9.75	1:00:12	6:10	24	17:54	132	26:48	
□□ 4	3.25	20:19	6:15	24	5:28	132	7:21	13.00	1:20:31	6:11	23	23:22	131	30:52	
□□ 5	3.25	21:13	6:31	27	5:47	140	8:01	16.25	1:41:44	6:15	24	29:09	134	38:09	
□□ 6	3.25	20:13	6:13	18	4:03	112	6:55	19.50	2:01:57	6:15	23	33:12	128	45:04	
□□ 7	3.25	20:56	6:26	21	4:32	116	7:34	22.75	2:22:53	6:16	23	37:44	128	52:25	
□□ 8	3.25	20:44	6:22	18	3:47	96	20:43	26.00	2:43:37	6:17	23	41:03	126	59:24	
□□ 9	3.25	22:52	7:02	25	5:49	123	8:53	29.25	3:06:29	6:22	24	45:59	126	1:08:17	
□□ 10	3.25	24:18	7:28	27	7:09	130	10:22	32.50	3:30:47	6:29	25	50:48	130	1:18:29	
□□ 11	3.25	24:51	7:38	26	7:25	129	24:50	35.75	3:55:38	6:35	25	55:03	131	1:29:19	
□□ 12	3.25	25:11	7:44	25	7:58	125	11:21	39.00	4:20:49	6:41	26	59:16	132	1:40:28	
□□□ □□	3.25	32:35	10:01	30	15:20	154	19:33	42.25	4:53:24	6:56	26	1:14:16	138	1:59:32	