



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Richter, Bernd

□□: Lauf Team Unna

□□: 765

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 5:19:22

□□: 7.89 km/h

□□□□: 7:34 min/km

□□□□□/□□□: 173 (of 185)

□□□□□/□: 154 (of 161)

□□□□□□: 2:53:52

□□□□□: 38(of 40)

□□□□□□□: 3:16:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	23:01	7:04	40	10:11	159	11:14	3.25	23:01	7:04	40	10:11	159	11:14	
□□ 2	3.25	23:12	7:08	40	9:45	159	23:11	6.50	46:13	7:06	40	19:56	159	28:58	
□□ 3	3.25	24:48	7:37	39	11:01	158	11:58	9.75	1:11:01	7:17	40	30:57	159	37:37	
□□ 4	3.25	23:49	7:19	39	9:40	158	10:51	13.00	1:34:50	7:17	39	40:37	158	45:11	
□□ 5	3.25	24:11	7:26	39	9:56	158	10:59	16.25	1:59:01	7:19	39	50:33	158	55:26	
□□ 6	3.25	23:37	7:15	39	9:05	157	10:19	19.50	2:22:38	7:18	39	59:38	158	1:05:45	
□□ 7	3.25	20:43	6:22	25	5:55	108	7:21	22.75	2:43:21	7:10	39	1:05:33	157	1:12:53	
□□ 8	3.25	24:33	7:33	38	9:42	152	24:32	26.00	3:07:54	7:13	39	1:14:57	157	1:23:41	
□□ 9	3.25	26:31	8:09	38	10:52	152	12:32	29.25	3:34:25	7:19	39	1:25:49	157	1:36:13	
□□ 10	3.25	25:31	7:51	36	9:32	146	11:35	32.50	3:59:56	7:22	39	1:35:21	156	1:47:38	
□□ 11	3.25	24:39	7:35	30	8:26	127	24:38	35.75	4:24:35	7:24	39	1:43:19	155	1:58:16	
□□ 12	3.25	25:22	7:48	31	9:07	129	11:32	39.00	4:49:57	7:26	38	1:51:15	154	2:09:36	
□□□ □□	3.25	29:25	9:03	36	13:12	147	16:23	42.25	5:19:22	7:33	38	2:03:12	154	2:25:30	