



6. Merkerser KRISTALLMARATHON

Merkers / 26.02.2012

□□□□

Pannhorst, Hans

□□: BSG Bosch

□□: 435

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 56:14

□□: 9.60 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 163 (of 224)

□□□□□/□: 136 (of 166)

□□□□□□: 33:28

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 40:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	19:08	5:53	5	6:02	142	8:00	3.25	19:08	5:53	5	6:02	135	8:00
□□ 2	3.25	18:39	5:44	5	4:51	127	7:21	6.50	37:47	5:48	5	10:53	133	15:21
□□□ □□	3.25	18:27	5:40	5	4:38	125	7:25	9.75	56:14	5:46	5	15:31	136	22:46