



# 6. Merkerser KRISTALLMARATHON

Merkers / 26.02.2012

□□□□

Ponath, Michael

□□: Buchenau

□□: 20

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Männer M30

□□□: 4:01:49

□□: 10.42 km/h

□□□□: 5:43 min/km

□□□□□/□□□□: 84 (of 164)

□□□□□/□: 79 (of 136)

□□□□□□: 2:51:03

□□□□□: 11(of 13)

□□□□□□□: 2:56:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:05	5:15	10	4:11	76	4:25	3.25	17:05	5:15	12	3:27	57		
□□ 2	3.25	17:12	5:17	11	4:07	80	4:28	6.50	34:17	5:16	12	6:35	29		
□□ 3	3.25	17:39	5:25	11	4:36	86	4:52	9.75	51:56	5:19	12	9:58	85		
□□ 4	3.25	17:31	5:23	12	4:16	80	4:35	13.00	1:09:27	5:20	12	13:02	84	13:02	
□□ 5	3.25	17:30	5:23	12	4:13	78	4:40	16.25	1:26:57	5:21	12	16:06	56	16:06	
□□ 6	3.25	17:37	5:25	11	4:12	76	4:29	19.50	1:44:34	5:21	12	18:27	84	18:27	
□□ 7	3.25	17:41	5:26	11	4:17	69	4:46	22.75	2:02:15	5:22	11	29:52	54	13:10	
□□ 8	3.25	17:42	5:26	11	3:53	59	4:30	26.00	2:19:57	5:22	11	33:45	82	13:51	
□□ 9	3.25	17:54	5:30	7	4:08	46	4:30	29.25	2:37:51	5:23	11	37:53	53	11:51	
□□ 10	3.25	18:43	5:45	8	4:39	56	5:08	32.50	2:56:34	5:25	11	42:32	80	45:53	
□□ 11	3.25	20:22	6:15	9	6:13	76	7:13	35.75	3:16:56	5:30	11	48:45	79	53:06	
□□ 12	3.25	22:21	6:52	12	7:57	101	8:40	39.00	3:39:17	5:37	11	56:42	79	1:01:46	
□□□ □□	3.25	22:32	6:56	13	8:08	110	9:00	42.25	4:01:49	5:43	12	2:19:53	85	2:35:36	