



# 12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

**PANTKE, Uwe**

□□: -

□□: 168

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 43:10

□□: 12.51 km/h

□□□□: 4:26 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 215)

□□□□□/□: 23 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□□: 2(of 19)

□□□□□□□: 40:23

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1   | 3.25     | 12:56    | 3:58         | 2       | 0:01    | 14      | 1:24    | 3.25 | 12:56     | 3:58      | 2             | 0:01    | 14      | 1:24    |         |
| □□ 2   | 3.25     | 14:41    | 4:31         | 2       | 1:03    | 23      | 2:06    | 6.50 | 27:37     | 4:14      | 2             | 1:04    | 17      | 3:22    |         |
| □□□ □□ | 3.25     | 15:33    | 4:47         | 3       | 1:43    | 33      | 3:04    | 9.75 | 43:10     | 4:25      | 2             | 2:47    | 23      | 6:25    |         |