



# 12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

**SCHERHAG, Sascha**

□□: LGO Bochum

□□: 490

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:04:45

□□: 10.58 km/h

□□□□: 5:29 min/km

□□□□□/□□□: 105 (of 261)

□□□□□/□: 95 (of 215)

□□□□□□: 1:25:10

□□□□□: 10(of 32)

□□□□□□□: 1:33:22

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1   | 3.25     | 16:25    | 5:03         | 12      | 4:21    | 97      | 5:07    | 3.25  | 16:25     | 5:03      | 12            | 4:21    | 97      | 5:07    |         |
| □□ 2   | 3.25     | 17:30    | 5:23         | 12      | 4:28    | 113     | 5:41    | 6.50  | 33:55     | 5:13      | 12            | 8:49    | 102     | 10:34   |         |
| □□ 3   | 3.25     | 17:55    | 5:30         | 13      | 4:40    | 113     | 5:43    | 9.75  | 51:50     | 5:18      | 12            | 13:29   | 106     | 16:17   |         |
| □□ 4   | 3.25     | 18:06    | 5:34         | 13      | 4:25    | 103     | 5:40    | 13.00 | 1:09:56   | 5:22      | 11            | 17:54   | 106     | 21:57   |         |
| □□ 5   | 3.25     | 18:15    | 5:36         | 13      | 4:29    | 92      | 5:45    | 16.25 | 1:28:11   | 5:25      | 10            | 22:23   | 100     | 27:42   |         |
| □□ 6   | 3.25     | 18:13    | 5:36         | 11      | 4:19    | 88      | 5:45    | 19.50 | 1:46:24   | 5:27      | 10            | 26:42   | 97      | 33:27   |         |
| □□□ □□ | 3.25     | 18:21    | 5:38         | 13      | 4:53    | 92      | 16:15   | 22.75 | 2:04:45   | 5:29      | 10            | 31:23   | 97      | 2:02:39 |         |