



# 12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

GEENEN, Volker

□□: -

□□: 368

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:06:22

□□: 10.45 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 111 (of 261)

□□□□□/□: 99 (of 215)

□□□□□□: 1:25:10

□□□□□: 13(of 34)

□□□□□□□: 1:39:17

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1   | 3.25     | 15:13    | 4:40         | 8       | 2:22    | 65      | 3:55    | 3.25  | 15:13     | 4:40      | 8             | 2:22    | 65      | 3:55    |         |
| □□ 2   | 3.25     | 16:11    | 4:58         | 8       | 2:02    | 76      | 4:22    | 6.50  | 31:24     | 4:49      | 8             | 4:24    | 70      | 8:03    |         |
| □□ 3   | 3.25     | 17:12    | 5:17         | 11      | 2:49    | 95      | 5:00    | 9.75  | 48:36     | 4:59      | 9             | 7:13    | 78      | 13:03   |         |
| □□ 4   | 3.25     | 18:05    | 5:33         | 13      | 4:30    | 101     | 5:39    | 13.00 | 1:06:41   | 5:07      | 9             | 10:49   | 81      | 18:42   |         |
| □□ 5   | 3.25     | 19:32    | 6:00         | 20      | 6:24    | 128     | 7:02    | 16.25 | 1:26:13   | 5:18      | 12            | 15:50   | 92      | 25:44   |         |
| □□ 6   | 3.25     | 21:05    | 6:29         | 24      | 7:17    | 154     | 8:37    | 19.50 | 1:47:18   | 5:30      | 13            | 22:17   | 98      | 34:21   |         |
| □□□ □□ | 3.25     | 19:04    | 5:51         | 15      | 5:29    | 103     | 16:58   | 22.75 | 2:06:22   | 5:33      | 14            | 34:43   | 101     | 2:04:16 |         |