



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

LOHÖLTER, Jens

□□: BSG Iglo Reken

□□: 435

□□: 22.75 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:30:54

□□: 8.75 km/h

□□□□: 6:38 min/km

□□□□□/□□□: 201 (of 261)

□□□□□/□: 174 (of 215)

□□□□□□: 1:25:10

□□□□□: 25(of 32)

□□□□□□□: 1:33:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	17:32	5:23	18	5:28	130	6:14	3.25	17:32	5:23	18	5:28	130	6:14	
□□ 2	3.25	20:04	6:10	23	7:02	173	8:15	6.50	37:36	5:47	21	12:30	156	14:15	
□□ 3	3.25	21:33	6:37	28	8:18	184	9:21	9.75	59:09	6:03	24	20:48	169	23:36	
□□ 4	3.25	22:25	6:53	27	8:44	191	9:59	13.00	1:21:34	6:16	25	29:32	175	33:35	
□□ 5	3.25	23:05	7:06	28	9:19	189	10:35	16.25	1:44:39	6:26	27	38:51	176	44:10	
□□ 6	3.25	23:10	7:07	25	9:16	174	10:42	19.50	2:07:49	6:33	26	48:07	177	54:52	
□□□ □□	3.25	23:05	7:06	25	9:37	174	20:59	22.75	2:30:54	6:37	25	57:32	176	2:28:48	