



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

WEINAUGE, Hagen

□□: -

□□: 243

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 50:06

□□: 11.68 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 66 (of 215)

□□□□□/□: 57 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□□: 9(of 19)

□□□□□□□: 37:34

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 3.25 | 15:36 | 4:47 | 8 | 3:50 | 52 | 4:04 | 3.25 | 15:36 | 4:47 | 8 | 3:50 | 52 | 4:04 |
| □□ 2 | 3.25 | 17:08 | 5:16 | 9 | 4:08 | 58 | 4:33 | 6.50 | 32:44 | 5:02 | 9 | 7:58 | 55 | 8:29 |
| □□□ □□ | 3.25 | 17:22 | 5:20 | 9 | 4:34 | 59 | 4:53 | 9.75 | 50:06 | 5:08 | 9 | 12:32 | 57 | 13:21 |