



# 12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

□□□□

**TÄNZER, Mirko**

□□: Meuchelmörder

□□: 228

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 50:39

□□: 10.66 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 72 (of 215)

□□□□□/□: 62 (of 134)

□□□□□□: 36:45

□□□□□: 11(of 22)

□□□□□□□: 38:19

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1   | 3.25     | 15:47    | 4:51         | 10      | 3:37    | 55      | 4:15    | 3.25 | 15:47     | 4:51      | 10            | 3:37    | 55      | 4:15    |         |
| □□ 2   | 3.25     | 17:23    | 5:20         | 10      | 4:23    | 62      | 4:48    | 6.50 | 33:10     | 5:06      | 10            | 8:00    | 58      | 8:55    |         |
| □□□ □□ | 3.25     | 17:29    | 5:22         | 10      | 4:28    | 62      | 5:00    | 9.75 | 50:39     | 5:11      | 11            | 12:20   | 62      | 13:54   |         |