



# 14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Soares, Fernando

□□: SV Reelsen

□□: 229

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:01:51

□□: 8.73 km/h

□□□□: 6:20 min/km

□□□□□/□□□: 140 (of 220)

□□□□□/□: 92 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 11(of 18)

□□□□□□□: 42:55

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1   | 3.25     | 19:26    | 5:58         | 12      | 6:13    | 89      | 8:13    | 3.25 | 19:26     | 5:58          | 12      | 6:13    | 89      | 8:13    |
| □□ 2   | 3.25     | 22:05    | 6:47         | 13      | 22:04   | 102     | 22:04   | 6.50 | 41:31     | 6:23          | 12      | 23:26   | 94      | 24:10   |
| □□□ □□ | 3.25     | 20:20    | 6:15         | 8       | 5:27    | 85      | 8:08    | 9.75 | 1:01:51   | 6:20          | 11      | 18:56   | 92      | 26:21   |