



## 4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

### Detailauswertung

Lange, Heiko

Verein: Fitunlimited/S1 Suhl

Startnummer: 292

Strecke: 9,75 km

10 km Lauf

Kategorie:

Männer M45

Gesamt-Zeit: 52:03

Geschwindigkeit: 11,24 km/h

Laufleistung: 5:20 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 100 (von 150)

Strecken-Platzierung/Männer: 94 (von 128)

Bestzeit der Strecke: 32:24

Kategorie-Platzierung: 17(von 23)

Bestzeit in der Kategorie: 37:30

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	3,25	16:53	5:11	21	5:07	104	6:40	3,25	16:53	5:11	8	2:09	94	6:40
Runde 2	3,25	17:45	5:27	17	4:51	93	6:33	6,50	34:38	5:19	8	2:52	94	13:13
Letzte Runde Ziel	3,25	17:25	5:21	17	4:35	92	6:26	9,75	52:03	5:20	17	14:33	97	29:17