



## 4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

### Exploitation détaillée

**Kirst, Reinhard**

Association: Elmshorn

Dossard: 289

Circuit: 9.75 km

10 km Lauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 48:46

Vitesse: 11.07 km/h

Kilométrage: 5:00 min/km

Place par parcours/Total: 81 (de 150)

Place par parcours/Hommes: 77 (de 128)

Meilleur temps dans le parcours: 32:24

Place par catégorie: 13(de 23)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:30

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard								
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes					
Tour 1	3.25	15:30	4:46	15	3:44	83	5:17	3.25	15:30	4:46	12	0:46	77	5:17	3.25	15:30	4:46	12	0:46	77	5:17	3.25	15:30	4:46	12	0:46	77	5:17	3.25	15:30	4:46	12	0:46	77	5:17
Tour 2	3.25	16:30	5:04	11	3:36	67	5:18	6.50	32:00	4:55	12	0:14	77	10:35	6.50	32:00	4:55	12	0:14	77	10:35	6.50	32:00	4:55	12	0:14	77	10:35	6.50	32:00	4:55	12	0:14	77	10:35
Dernier temps A	3.25	16:46	5:09	12	3:56	74	5:47	9.75	48:46	5:00	13	11:16	79	26:00	9.75	48:46	5:00	13	11:16	79	26:00	9.75	48:46	5:00	13	11:16	79	26:00	9.75	48:46	5:00	13	11:16	79	26:00