



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Rippel, Markus

□□: SV Normania Treffurt e.V.

□□: 229

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 37:55

□□: 14.24 km/h

□□□□: 3:53 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 150)

□□□□□/□: 10 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 2(of 18)

□□□□□□□: 37:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	12:04	3:42	2	0:22	14	1:51	3.25	12:04	3:42	18			10	1:51
□□ 2	3.25	13:01	4:00	2	0:18	12	1:49	6.50	25:05	3:51	18			10	3:40
□□□ □□	3.25	12:50	3:56	2	0:23	8	1:51	9.75	37:55	3:53	2	0:24		11	15:09