



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Heide, Peter

□□: Schmalkalder LV

□□: 285

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 52:15

□□: 10.33 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 103 (of 150)

□□□□□/□: 96 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 18(of 23)

□□□□□□□: 37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	16:30	5:04	19	4:44	97	6:17	3.25	16:30	5:04	7	1:46	96	6:17
□□ 2	3.25	17:49	5:28	18	4:55	96	6:37	6.50	34:19	5:16	7	2:33	96	12:54
□□□ □□	3.25	17:56	5:31	19	5:06	97	6:57	9.75	52:15	5:21	18	14:45	99	29:29