



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Prenzel, Lutz

□□: Sulzbach a. Main

□□: 166

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M60

□□□: 52:20

□□: 11.18 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 104 (of 150)

□□□□□/□: 97 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 6(of 8)

□□□□□□□: 36:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:58	4:54	5	4:04	86	5:45	3.25	15:58	4:54	6	4:04	97	5:45
□□ 2	3.25	17:56	5:31	6	5:08	99	6:44	6.50	33:54	5:12	6	9:12	97	12:29
□□□ □□	3.25	18:26	5:40	6	6:23	102	7:27	9.75	52:20	5:22	6	15:35	100	29:34