



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Fischer, Sven

□□: N3 Sportverein e.V.

□□: 205

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 54:07

□□: 10.81 km/h

□□□□: 5:33 min/km

□□□□□/□□□: 112 (of 150)

□□□□□/□: 105 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 16(of 16)

□□□□□□□: 32:24

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 3.25 | 16:28 | 5:03 | 15 | 6:15 | 94 | 6:15 | 3.25 | 16:28 | 5:03 | 16 | 6:15 | 104 | 6:15 |
| □□ 2 | 3.25 | 17:49 | 5:28 | 16 | 6:37 | 96 | 6:37 | 6.50 | 34:17 | 5:16 | 16 | 12:52 | 104 | 12:52 |
| □□□ □□ | 3.25 | 19:50 | 6:06 | 16 | 8:51 | 114 | 8:51 | 9.75 | 54:07 | 5:33 | 16 | 21:43 | 107 | 31:21 |