



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

denzer, ingo

□□: göllheim

□□: 281

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 54:16

□□: 9.95 km/h

□□□□: 5:34 min/km

□□□□□/□□□: 113 (of 150)

□□□□□/□: 106 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 21(of 23)

□□□□□□□: 37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	18:13	5:36	23	6:27	121	8:00	3.25	18:13	5:36	4	3:29	106	8:00
□□ 2	3.25	18:21	5:38	20	5:27	105	7:09	6.50	36:34	5:37	4	4:48	106	15:09
□□□ □□	3.25	17:42	5:26	18	4:52	95	6:43	9.75	54:16	5:33	21	16:46	109	31:30