



# 4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Werner, Thomas

□□: www.hundebox.de

□□: 257

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 57:45

□□: 10.13 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□: 129 (of 150)

□□□□□/□: 116 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 21(of 24)

□□□□□□□: 37:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:24	5:21	22	6:15	114	7:11	3.25	17:24	5:21	5	2:04	117	7:11
□□ 2	3.25	20:24	6:16	21	7:24	116	9:12	6.50	37:48	5:48	4	7:06	116	16:23
□□□ □□	3.25	19:57	6:08	22	8:20	117	8:58	9.75	57:45	5:55	22	34:59	119	34:59