



# 4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Rohleder, Birgit

□□: Haunetal

□□: 186

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Frauen W40

□□□: 58:26

□□: 9.24 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 131 (of 150)

□□□□□/□: 15 (of 22)

□□□□□□: 40:02

□□□□□: 6(of 7)

□□□□□□□: 40:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	18:05	5:33	6	5:42	13	5:42	3.25	18:05	5:33	6	5:42	9	
□□ 2	3.25	19:46	6:04	4	6:08	13	6:08	6.50	37:51	5:49	6	11:50	9	0:29
□□□ □□	3.25	20:35	6:19	6	6:34	15	6:34	9.75	58:26	5:59	6	18:24	15	18:24