



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Steinke, Gudrun

□□: Saalfelder LV

□□: 198

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Frauen W70

□□□: 1:07:35

□□: 8.66 km/h

□□□□: 6:56 min/km

□□□□□/□□□: 143 (of 150)

□□□□□/□: 20 (of 22)

□□□□□□: 40:02

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:07:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	20:25	6:16	1	-	18	8:02	3.25	20:25	6:16	1	-	4	2:05
□□ 2	3.25	23:06	7:06	1	-	20	9:28	6.50	43:31	6:41	1	-	4	6:09
□□□ □□	3.25	24:04	7:24	1	-	21	10:03	9.75	1:07:35	6:55	1	-	20	27:33