



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Wiesemann, Holger

□□: SV Normania Treffurt e.V.

□□: 275

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 38:54

□□: 13.88 km/h

□□□□: 3:59 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 150)

□□□□□/□: 15 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 2(of 15)

□□□□□□□: 34:07

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|--------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 3.25 | 12:04 | 3:42 | 2 | 0:55 | 14 | 1:51 | 3.25 | 12:04 | 3:42 | 2 | 0:55 | 10 | 1:51 |
| □□ 2 | 3.25 | 13:10 | 4:03 | 2 | 1:36 | 14 | 1:58 | 6.50 | 25:14 | 3:52 | 2 | 2:31 | 15 | 3:49 |
| □□□ □□ | 3.25 | 13:40 | 4:12 | 2 | 2:16 | 17 | 2:41 | 9.75 | 38:54 | 3:59 | 2 | 4:47 | 16 | 16:08 |