



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Frunzke, Thomas

□□: Storkow

□□: 55

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Männer M50

□□□: 3:55:26

□□: 10.77 km/h

□□□□: 5:34 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 86)

□□□□□/□: 36 (of 74)

□□□□□□: 2:43:30

□□□□□: 6(of 14)

□□□□□□□: 3:41:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	15:32	4:46	4	0:20	29	4:07	3.25	15:32	4:46	6	0:18	58		
□□ 2	3.25	16:31	5:04	4	0:48	28	4:26	6.50	32:03	4:55	6	1:06	58		
□□ 3	3.25	16:43	5:08	4	0:52	30	4:29	9.75	48:46	5:00	6	1:58	16		
□□ 4	3.25	16:26	5:03	2	0:21	25	3:55	13.00	1:05:12	5:00	13		68		
□□ 5	3.25	16:29	5:04	2	0:14	24	3:52	16.25	1:21:41	5:01	6	2:33	47		
□□ 6	3.25	16:36	5:06	3	0:11	25	3:56	19.50	1:38:17	5:02	6	2:44	15		
□□ 7	3.25	17:02	5:14	2	0:21	24	4:19	22.75	1:55:19	5:04	5	3:05	16		
□□ 8	3.25	18:08	5:34	6	1:22	38	5:15	26.00	2:13:27	5:07	6	3:59	37		
□□ 9	3.25	20:19	6:15	10	3:40	48	7:43	29.25	2:33:46	5:15	6	6:32	38		
□□ 10	3.25	21:45	6:41	12	4:41	56	8:59	32.50	2:55:31	5:24	6	10:18	63		
□□ 11	3.25	20:12	6:12	9	2:59	43	7:11	35.75	3:15:43	5:28	5	6:21	56		
□□ 12	3.25	20:17	6:14	7	2:32	39	7:13	39.00	3:36:00	5:32	6	12:53	16		
□□□ □□	3.25	19:26	5:58	4	2:00	35	6:31	42.25	3:55:26	5:34	6	13:30	37	3:00:46	