



# 4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

**Meyer, Steffen**

□□: Rennsteiglaufverein/LG Süd

□□: 266

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 34:07

□□: 17.15 km/h

□□□□: 3:30 min/km

□□□□□/□□□: 3 (of 150)

□□□□□/□: 3 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 1(of 15)

□□□□□□□: 34:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	11:09	3:25	1	-	3	0:56	3.25	11:09	3:25	1	-	3	0:56
□□ 2	3.25	11:34	3:33	1	-	3	0:22	6.50	22:43	3:29	1	-	3	1:18
□□□ □□	3.25	11:24	3:30	1	-	3	0:25	9.75	34:07	3:29	1	-	4	11:21