



# 4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Alt, Michael

□□: TTV 06 Aulatal

□□: 236

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 42:19

□□: 12.76 km/h

□□□□: 4:20 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 150)

□□□□□/□: 29 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 5(of 24)

□□□□□□□: 37:58

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□   | □□    | □□     | □□ | □□   | □□ | □□   | □□□  | □□□   | □□□    | □□ | □□    | □□ | □□    |
|--------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|-------|----|-------|
|        | km   | □□    | min/km | -  | -    | □  | □    | km   | □□    | min/km | -  | -     | □  | □     |
| □□ 1   | 3.25 | 14:04 | 4:19   | 11 | 2:55 | 47 | 3:51 | 3.25 | 14:04 | 4:19   | 21 | -     | 29 | 3:51  |
| □□ 2   | 3.25 | 14:12 | 4:22   | 4  | 1:12 | 27 | 3:00 | 6.50 | 28:16 | 4:20   | 20 | -     | 29 | 6:51  |
| □□□ □□ | 3.25 | 14:03 | 4:19   | 5  | 2:26 | 27 | 3:04 | 9.75 | 42:19 | 4:20   | 6  | 19:33 | 31 | 19:33 |