



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Enge, Uwe

□□: RSV 03 Ruhla

□□: 283

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 43:12

□□: 13.54 km/h

□□□□: 4:26 min/km

□□□□□/□□□: 36 (of 150)

□□□□□/□: 35 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 6(of 23)

□□□□□□□: 37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	13:56	4:17	6	2:10	44	3:43	3.25	13:56	4:17	18	-	35	3:43
□□ 2	3.25	14:37	4:29	6	1:43	33	3:25	6.50	28:33	4:23	19	-	35	7:08
□□□ □□	3.25	14:39	4:30	7	1:49	35	3:40	9.75	43:12	4:25	6	5:42	37	20:26