



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Brümmel, André

□□: Bad Soden-Salmünster

□□: 203

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 44:26

□□: 12.15 km/h

□□□□: 4:34 min/km

□□□□□/□□□: 42 (of 150)

□□□□□/□: 41 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 11(of 16)

□□□□□□□: 32:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	14:51	4:34	14	4:38	63	4:38	3.25	14:51	4:34	11	4:38	41	4:38
□□ 2	3.25	15:00	4:36	11	3:48	39	3:48	6.50	29:51	4:35	11	8:26	41	8:26
□□□ □□	3.25	14:35	4:29	10	3:36	34	3:36	9.75	44:26	4:33	11	12:02	43	21:40