



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Elsner, Wolfgang

□□: VfB Fallersleben

□□: 144

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 44:43

□□: 13.08 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 45 (of 150)

□□□□□/□: 43 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 4(of 14)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	13:58	4:17	4	1:54	46	3:45	3.25	13:58	4:17	4	1:54	43	3:45
□□ 2	3.25	15:07	4:39	4	1:37	41	3:55	6.50	29:05	4:28	4	3:22	43	7:40
□□□ □□	3.25	15:38	4:48	4	1:55	53	4:39	9.75	44:43	4:35	4	5:02	45	21:57