



# 4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Wahl, Immo

□□: Thüringer Wald

□□: 233

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 45:39

□□: 12.81 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 150)

□□□□□/□: 52 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 7(of 18)

□□□□□□□: 37:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	14:52	4:34	10	3:10	65	4:39	3.25	14:52	4:34	13	-	52	4:39
□□ 2	3.25	15:24	4:44	6	2:41	47	4:12	6.50	30:16	4:39	13	-	52	8:51
□□□ □□	3.25	15:23	4:44	6	2:56	46	4:24	9.75	45:39	4:40	7	8:08	54	22:53