



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

0000

Wedel, Matthias

00: N3 Sportverein e.V.

00: 234

00: 9.75 km

10 km Lauf

0000:

Männer M30

000: 46:21

00: 12.62 km/h

0000: 4:45 min/km

00000/000: 58 (of 150)

00000/0: 56 (of 128)

000000: 32:24

00000: 9(of 18)

0000000: 37:31

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
00 1	3.25	14:07	4:20	7	2:25	48	3:54	3.25	14:07	4:20	11		56	3:54
00 2	3.25	15:57	4:54	10	3:14	59	4:45	6.50	30:04	4:37	11		56	8:39
000 00	3.25	16:17	5:00	12	3:50	65	5:18	9.75	46:21	4:45	9	8:50	58	23:35