



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Schrader, Bernd

□□: PSV Meiningen

□□: 297

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 37:30

□□: 15.60 km/h

□□□□: 3:51 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 150)

□□□□□/□: 7 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 1(of 23)

□□□□□□□: 37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	11:46	3:37	1	-	9	1:33	3.25	11:46	3:37	13	-	7	1:33
□□ 2	3.25	12:54	3:58	1	-	8	1:42	6.50	24:40	3:47	13	-	7	3:15
□□□ □□	3.25	12:50	3:56	1	-	8	1:51	9.75	37:30	3:50	1	-	8	14:44