



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Dunkel, Frank

□□: Großurschla

□□: 282

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 48:22

□□: 12.10 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□: 75 (of 150)

□□□□□/□: 71 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 11(of 23)

□□□□□□□: 37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	15:04	4:38	10	3:18	71	4:51	3.25	15:04	4:38	14	0:20	71	4:51
□□ 2	3.25	16:34	5:05	12	3:40	72	5:22	6.50	31:38	4:51	14		71	10:13
□□□ □□	3.25	16:44	5:08	10	3:54	72	5:45	9.75	48:22	4:57	11	10:52	73	25:36