



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Kuhn, Werner

□□: Neustadt

□□: 291

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 50:43

□□: 11.53 km/h

□□□□: 5:12 min/km

□□□□□/□□□: 89 (of 150)

□□□□□/□: 85 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 16(of 23)

□□□□□□□: 37:30

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|--------|------|-------|--------|----|------|----|------|------|-------|--------|----|-------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 3.25 | 16:27 | 5:03 | 16 | 4:41 | 92 | 6:14 | 3.25 | 16:27 | 5:03 | 2 | 1:43 | 85 | 6:14 |
| □□ 2 | 3.25 | 16:59 | 5:13 | 14 | 4:05 | 78 | 5:47 | 6.50 | 33:26 | 5:08 | 9 | 1:40 | 85 | 12:01 |
| □□□ □□ | 3.25 | 17:17 | 5:19 | 16 | 4:27 | 90 | 6:18 | 9.75 | 50:43 | 5:12 | 16 | 13:13 | 88 | 27:57 |