



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Fröba, Markus

□□: Team Icehouse

□□: 242

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 51:18

□□: 10.53 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 93 (of 150)

□□□□□/□: 88 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 17(of 24)

□□□□□□□: 37:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	16:31	5:04	17	5:22	98	6:18	3.25	16:31	5:04	9	1:11	88	6:18
□□ 2	3.25	17:34	5:24	18	4:34	89	6:22	6.50	34:05	5:14	8	3:23	88	12:40
□□□ □□	3.25	17:13	5:17	16	5:36	88	6:14	9.75	51:18	5:15	18	28:32	91	28:32