



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

□□□□

Yilmaz, Gökhan

□□: Hamburg

□□: 258

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 51:26

□□: 11.37 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 95 (of 150)

□□□□□/□: 90 (of 128)

□□□□□□: 32:24

□□□□□: 18(of 24)

□□□□□□□: 37:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	16:58	5:13	19	5:49	108	6:45	3.25	16:58	5:13	8	1:38	90	6:45
□□ 2	3.25	17:13	5:17	15	4:13	84	6:01	6.50	34:11	5:15	7	3:29	90	12:46
□□□ □□	3.25	17:15	5:18	17	5:38	89	6:16	9.75	51:26	5:16	19	28:40	93	28:40