



# 6. Merkerser KRISTALLMARATHON

Merkers / 26.02.2012

□□□□

Fasold, Frank

□□: WJ Stade

□□: 383

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 51:57

□□: 10.39 km/h

□□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 116 (of 224)

□□□□□/□: 101 (of 166)

□□□□□□: 33:28

□□□□□: 9(of 20)

□□□□□□□: 41:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:20	5:19	10	3:18	116	6:12	3.25	17:20	5:19	13	-	99	6:12
□□ 2	3.25	16:57	5:12	6	3:10	87	5:39	6.50	34:17	5:16	13	-	99	11:51
□□□ □□	3.25	17:40	5:26	11	4:25	103	6:38	9.75	51:57	5:19	9	10:50	101	18:29