



6. Merkerser KRISTALLMARATHON

Merkers / 26.02.2012

□□□□

Zell, Stefan

□□: Wiesbaden

□□: 434

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 56:37

□□: 9.54 km/h

□□□□: 5:49 min/km

□□□□□/□□□: 170 (of 224)

□□□□□/□: 142 (of 166)

□□□□□□: 33:28

□□□□□: 30(of 38)

□□□□□□□: 38:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	18:24	5:39	30	5:47	130	7:16	3.25	18:24	5:39	10	0:39	140	7:16
□□ 2	3.25	19:11	5:54	30	6:08	137	7:53	6.50	37:35	5:46	10	0:19	140	15:09
□□□ □□	3.25	19:02	5:51	30	6:01	136	8:00	9.75	56:37	5:48	30	17:41	142	23:09