



6. Merkerser KRISTALLMARATHON

Merkers / 26.02.2012

□□□□

Hellenkamp, Nicole

□□: Mainz

□□: 464

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Frauen W20

□□□: 56:44

□□: 9.52 km/h

□□□□: 5:49 min/km

□□□□□/□□□□: 171 (of 224)

□□□□□/□: 29 (of 58)

□□□□□□: 44:26

□□□□□: 7(of 9)

□□□□□□□: 46:55

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	17:48	5:28	7	2:33	25	3:34	3.25	17:48	5:28	7	2:33	57	
□□ 2	3.25	19:17	5:56	7	3:20	32	4:28	6.50	37:05	5:42	7	5:53	57	
□□□ □□	3.25	19:39	6:02	7	3:56	33	4:41	9.75	56:44	5:49	7	9:49	30	40:58