



# 6. Merkerser KRISTALLMARATHON

Merkers / 26.02.2012

□□□□

Linke, Ruediger

□□: TSG Schlitz

□□: 412

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 1:02:12

□□: 8.68 km/h

□□□□: 6:23 min/km

□□□□□/□□□: 196 (of 224)

□□□□□/□: 151 (of 166)

□□□□□□: 33:28

□□□□□: 33(of 38)

□□□□□□□: 38:56

□□□□

□□□□

□□□

| □□□    | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1   | 3.25     | 19:08    | 5:53         | 33      | 6:31    | 142     | 8:00    | 3.25 | 19:08     | 5:53          | 13      | 1:23    | 135     | 8:00    |
| □□ 2   | 3.25     | 21:24    | 6:35         | 33      | 8:21    | 151     | 10:06   | 6.50 | 40:32     | 6:14          | 13      | 3:16    | 149     | 18:06   |
| □□□ □□ | 3.25     | 21:40    | 6:40         | 34      | 8:39    | 154     | 10:38   | 9.75 | 1:02:12   | 6:22          | 33      | 23:16   | 151     | 28:44   |