



6. Merkerser KRISTALLMARATHON

Merkers / 26.02.2012

□□□□

Malzahn, Helger

□□: RTV-Haselgrund/Team Erdinger

□□: 334

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 47:06

□□: 11.46 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 56 (of 224)

□□□□□/□: 52 (of 166)

□□□□□□: 33:28

□□□□□: 12(of 19)

□□□□□□□: 37:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	15:03	4:37	11	3:02	50	3:55	3.25	15:03	4:37	9	0:37	52	3:55
□□ 2	3.25	16:12	4:59	14	3:42	66	4:54	6.50	31:15	4:48	9	1:08	52	8:49
□□□ □□	3.25	15:51	4:52	11	3:18	60	4:49	9.75	47:06	4:49	12	10:02	52	13:38