



# 6. Merkerser KRISTALLMARATHON

Merkers / 26.02.2012

□□□□

Cramer, Thomas

□□: Schmallenberg

□□: 420

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 49:28

□□: 11.83 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 91 (of 224)

□□□□□/□: 83 (of 166)

□□□□□□: 33:28

□□□□□: 20(of 38)

□□□□□□□: 38:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	3.25	16:55	5:12	24	4:18	106	5:47	3.25	16:55	5:12	11	-	82	5:47
□□ 2	3.25	16:43	5:08	20	3:40	82	5:25	6.50	33:38	5:10	11	-	82	11:12
□□□ □□	3.25	15:50	4:52	15	2:49	59	4:48	9.75	49:28	5:04	20	10:32	83	16:00