



7. Langenberg-Marathon  
 Wiemeringhausen / 05.10.2008

□□□□

Arends, Rob

□□: MBC Bar End

□□: 447

□□: 77.00 km

Mitteldistanz

□□□□:

Senioren II

□□□: 5:54:26

□□: 13.03 km/h

□□□□□/□□□: 158 (of 164)

□□□□□/□: 145 (of 151)

□□□□□□: 3:02:04

□□□□□: 46(of 48)

□□□□□□□: 3:31:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ km/h	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenkontrolle	44.00	3:05:40	14.22	46	1:11:42	148	1:24:24	44.00	3:05:40	14.22	22	41:01	148	1:17:06
□□	33.00	2:48:46	11.73	46	1:11:44	145	1:27:58	77.00	5:54:26	13.03	46	2:23:26	145	2:52:22