



7. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 06.12.2008

□□□□

Pommer, Mario

□□□: 3:56:43

□□: Meddys LWT Koblenz

□□: 10.65 km/h

□□: 282

□□□□: 5:37 min/km

□□: 42.20 km

□□□□□/□□□: 28 (of 305)

Marathon

□□□□□/□: 28 (of 279)

□□□□□□: 3:13:29

□□□□:

□□□□□: 7(of 36)

Männer M35

□□□□□□□: 3:17:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
1. Runde	10.55	54:23	5:09	9	10:55	39	11:23	10.55	54:23	5:09	25			36	2:44
2. Runde	10.55	56:21	5:20	5	10:03	25	10:03	21.10	1:50:44	5:14	25			36	11:58
3. Runde	10.55	1:00:08	5:41	8	11:10	30	11:10	31.65	2:50:52	5:23	25			30	20:48
Ziel	10.55	1:05:51	6:14	9	12:59	41	1:05:19	42.20	3:56:43	5:36	7	39:23		37	2:27:00