



7. Unter-Tage Sparkassen Marathon  
 Bürgman- Schacht, Sondershausen / 06.12.2008

□□□□

Schilder, Holger

□□□: 4:03:45

□□: GMRLV

□□: 10.34 km/h

□□: 7

□□□□: 5:47 min/km

□□: 42.20 km

□□□□□/□□□: 46 (of 305)

Marathon

□□□□□/□: 44 (of 279)

□□□□□□: 3:13:29

□□□□:

□□□□□: 14(of 71)

Männer M40

□□□□□□□: 3:26:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
1. Runde	10.55	53:31	5:04	9	9:18	30	10:31	10.55	53:31	5:04	40			53	1:52
2. Runde	10.55	1:00:08	5:41	13	9:57	53	13:50	21.10	1:53:39	5:23	40			53	14:53
3. Runde	10.55	1:01:56	5:52	12	8:41	38	12:58	31.65	2:55:35	5:32	38			46	25:31
Ziel	10.55	1:08:10	6:27	17	1:07:30	56	1:07:38	42.20	4:03:45	5:46	16	48:38		54	2:34:02