



7. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 06.12.2008

□□□□

Nentwich, Rolf

□□□: 4:24:05

□□: Lübbecker Berglöwen

□□: 9.54 km/h

□□: 246

□□□□: 6:16 min/km

□□: 42.20 km

□□□□□/□□□: 75 (of 305)

Marathon

□□□□□/□: 73 (of 279)

□□□□□□: 3:13:29

□□□□:

□□□□□: 21(of 71)

Männer M40

□□□□□□□: 3:26:46

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
1. Runde	10.55	59:34	5:38	27	15:21	105	16:34	10.55	59:34	5:38	67	-	86	7:55
2. Runde	10.55	1:01:39	5:50	18	11:28	71	15:21	21.10	2:01:13	5:44	67	-	85	22:27
3. Runde	10.55	1:03:44	6:02	16	10:29	52	14:46	31.65	3:04:57	5:50	65	-	76	34:53
Ziel	10.55	1:19:08	7:30	35	1:18:28	119	1:18:36	42.20	4:24:05	6:15	24	1:08:58	87	2:54:22