



7. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 06.12.2008

□□□□

Ehmke, Thomas

□□□: 5:18:50

□□: Team Bladerunner Hildesheim

□□: 7.90 km/h

□□: 86

□□□□: 7:34 min/km

□□: 42.20 km

□□□□□/□□□: 232 (of 305)

Marathon

□□□□□/□: 215 (of 279)

□□□□□□: 3:13:29

□□□□:

□□□□□: 22(of 29)

Männer M30

□□□□□□□: 3:37:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
1. Runde	10.55	1:04:42	6:07	20	18:15	158	21:42	10.55	1:04:42	6:07	7	4:24	231	13:03
2. Runde	10.55	1:13:16	6:56	20	22:00	194	26:58	21.10	2:17:58	6:32	7	12:20	182	39:12
3. Runde	10.55	1:27:09	8:15	23	32:31	232	38:11	31.65	3:45:07	7:06	7	31:32	204	1:15:03
Ziel	10.55	1:33:43	8:52	26	36:59	232	1:33:11	42.20	5:18:50	7:33	24	1:41:48	232	3:49:07