



3. Schlaubetal-Marathon

Eisenhüttenstadt / 17.10.2009

□□□□

Schmidt, Heiko

□□: Eisenhüttenstadt

□□: 441

□□: 21.10 km

Cross-Halbmarathon

□□□□:

Männer M45

□□□: 1:27:49

□□: 14.35 km/h

□□□□: 4:10 min/km

□□□□□/□□□: 6 (of 133)

□□□□□/□: 6 (of 99)

□□□□□□: 1:22:59

□□□□□: 2(of 19)

□□□□□□□: 1:22:59

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 10.40 | 43:50 | 4:12 | 2 | 2:24 | 6 | 2:24 | 10.40 | 43:50 | 4:12 | 16 | | 59 | |
| □□□ □□ | 10.70 | 43:59 | 4:06 | 2 | 2:26 | 5 | 2:52 | 21.10 | 1:27:49 | 4:09 | 2 | 4:50 | 6 | 4:50 |