



3. Schlaubetal-Marathon

Eisenhüttenstadt / 17.10.2009

□□□□

Giesel, Torsten

□□: SV Wellmitz

□□: 432

□□: 21.10 km

Cross-Halbmarathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 1:39:31

□□: 12.66 km/h

□□□□: 4:43 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 133)

□□□□□/□: 15 (of 99)

□□□□□□: 1:22:59

□□□□□: 4(of 21)

□□□□□□□: 1:27:12

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 10.40 | 47:58 | 4:36 | 3 | 4:45 | 11 | 6:32 | 10.40 | 47:58 | 4:36 | 15 | | 50 | |
| □□□ □□ | 10.70 | 51:33 | 4:49 | 7 | 7:49 | 22 | 10:26 | 21.10 | 1:39:31 | 4:42 | 4 | 12:19 | 15 | 16:32 |