



3. Schlaubetal-Marathon

Eisenhüttenstadt / 17.10.2009

□□□□

Lüders, Niels-Olaf

□□: Storkow

□□: 390

□□: 21.10 km

Cross-Halbmarathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 2:19:45

□□: 9.02 km/h

□□□□: 6:37 min/km

□□□□□/□□□: 111 (of 133)

□□□□□/□: 90 (of 99)

□□□□□□: 1:22:59

□□□□□: 19(of 21)

□□□□□□□: 1:27:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	10.40	1:09:38	6:41	19	26:25	90	28:12	10.40	1:09:38	6:41	4	15:39	30	15:10
□□□ □□	10.70	1:10:07	6:33	19	26:23	88	29:00	21.10	2:19:45	6:37	19	52:33	90	56:46