



3. Schlaubetal-Marathon

Eisenhüttenstadt / 17.10.2009

□□□□

Carmesin, Ralf

□□: Lübben

□□: 710

□□: 43.50 km

Marathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 4:53:05

□□: 8.80 km/h

□□□□: 6:44 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 105)

□□□□□/□: 70 (of 92)

□□□□□□: 3:10:17

□□□□□: 18(of 23)

□□□□□□□: 3:17:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	11.60	1:03:33	5:28	16	16:30	56	18:01	11.60	1:03:33	5:28	6	3:06	3	
□□ 2	18.80	2:02:16	6:30	19	58:11	71	1:01:36	30.40	3:05:49	6:06	7	17:28	3	12:07
□□□ □□	13.10	1:47:16	8:11	18	44:38	77	44:38	43.50	4:53:05	6:44	18	1:35:12	70	1:42:48