



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

□□□□

Notz, Johannes

□□: Laufteam TSV Waldenbuch
 □□: 241

□□: 42.20 km
 Marathon

□□□□:
 Männer M45

□□□: 4:26:37

□□: 9.45 km/h
 □□□□: 6:19 min/km

□□□□□/□□□: 88 (of 292)

□□□□□/□: 85 (of 267)

□□□□□□: 3:13:29

□□□□□: 14(of 57)

□□□□□□□: 3:37:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	12.50	1:17:47	6:13	30	18:22	160	23:55	12.50	1:17:47	6:13	45	-	83	9:32
□□ 2	10.55	1:05:12	6:10	19	10:12	105	17:26	23.05	2:22:59	6:12	44	-	88	11:21
□□ 3	10.55	1:10:09	6:38	19	21:50	89	21:50	33.60	3:33:08	6:20	44	-	79	1:00:11
□□□ □□	8.60	53:29	6:13	12	10:49	72	16:49	42.20	4:26:37	6:19	18	1:15:36	100	3:23:20