



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

□□□□

Vlassak, Wilbert

□□: Loopgroep Cranendonck

□□: 395

□□: 42.20 km

Marathon

□□□□:

Männer M30

□□□: 4:34:58

□□: 9.16 km/h

□□□□: 6:31 min/km

□□□□□/□□□: 116 (of 292)

□□□□□/□: 111 (of 267)

□□□□□□: 3:13:29

□□□□□: 15(of 24)

□□□□□□□: 3:33:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	12.50	1:18:48	6:18	20	20:15	168	24:56	12.50	1:18:48	6:18	9	6:44	110	10:33
□□ 2	10.55	1:04:34	6:07	13	13:13	96	16:48	23.05	2:23:22	6:13	9	6:44	115	11:44
□□ 3	10.55	1:12:08	6:50	14	15:59	105	23:49	33.60	3:35:30	6:24	8	6:02	104	1:02:33
□□□ □□	8.60	59:28	6:54	17	14:19	132	22:48	42.20	4:34:58	6:30	17	1:30:27	127	3:31:41