



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

STEINER, Manfred

□□□: 3:57:53

□□: ALC Wels

□□: 10.63 km/h

□□: 357

□□□□: 5:38 min/km

□□: 42.16 km

□□□□□/□□□: 39 (of 289)

Marathon

□□□□□/□: 39 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□:

□□□□□: 5(of 50)

Männer M45

□□□□□□□: 3:39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	27:28	5:12	9	4:05	52	5:06	5.27	27:28	5:12	31			47	
□□ 2	5.27	27:30	5:13	9	2:53	43	4:04	10.54	54:58	5:12	25			45	
□□ 3	5.27	28:44	5:27	9	3:23	59	5:06	15.81	1:23:42	5:17	30			42	
□□ 4	5.27	29:22	5:34	8	2:32	51	4:44	21.08	1:53:04	5:21	31			41	
□□ 5	5.27	30:20	5:45	5	2:42	51	5:01	26.35	2:23:24	5:26	28			36	20:35
□□ 6	5.27	31:57	6:03	11	3:45	58	6:06	31.62	2:55:21	5:32	30			39	26:35
□□ 7	5.27	31:45	6:01	5	3:34	35	5:38	36.89	3:27:06	5:36	28			32	32:13
□□□ Ziel	5.27	30:47	5:50	3	2:24	23	5:04	42.16	3:57:53	5:38	6	2:37:07	48	3:31:06	