



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

MÖRTH, Sascha

□□□: 3:42:29

□□: RunFit+ Personal Training

□□: 11.33 km/h

□□: 238

□□□□: 5:17 min/km

□□: 42.16 km

□□□□□/□□□: 15 (of 289)

Marathon

□□□□□/□: 15 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□:

□□□□□: 3(of 55)

Männer M40

□□□□□□□: 3:28:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	27:13	5:09	7	4:00	45	4:51	5.27	27:13	5:09	33	-	22	
□□ 2	5.27	26:38	5:03	6	2:08	28	3:12	10.54	53:51	5:06	27	-	20	
□□ 3	5.27	26:52	5:05	4	2:15	23	3:14	15.81	1:20:43	5:06	31	-	18	
□□ 4	5.27	27:23	5:11	6	2:22	26	2:45	21.08	1:48:06	5:07	28	-	16	
□□ 5	5.27	27:30	5:13	3	1:12	15	2:11	26.35	2:15:36	5:08	29	-	12	12:47
□□ 6	5.27	28:11	5:20	3	0:36	13	2:20	31.62	2:43:47	5:10	30	-	15	15:01
□□ 7	5.27	29:06	5:31	4	0:35	13	2:59	36.89	3:12:53	5:13	27	-	9	18:00
□□□ Ziel	5.27	29:36	5:37	5	1:58	16	3:53	42.16	3:42:29	5:16	5	2:05:16	23	3:15:42