



4. Schlaubetal-Marathon

Eisenhüttenstadt / 23.10.2010

□□□□

Koch, Dirk

□□: BSG Pneumant Fürstenwalde

□□: 705

□□: 42.19 km

Marathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 3:49:31

□□: 10.98 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 99)

□□□□□/□: 34 (of 82)

□□□□□□: 2:57:08

□□□□□: 10(of 19)

□□□□□□□: 3:10:05

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|--------|-------|---------|--------|----|-------|----|-------|-------|---------|--------|----|-------|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| □□ 1 | 11.60 | 1:00:57 | 5:15 | 12 | 11:27 | 42 | 14:12 | 11.60 | 1:00:57 | 5:15 | 1 | - | 71 | |
| □□ 2 | 18.40 | 1:40:21 | 5:27 | 11 | 18:17 | 38 | 22:01 | 30.00 | 2:41:18 | 5:22 | 1 | - | 70 | |
| □□ 3 | 3.50 | 16:09 | 4:36 | 10 | 3:21 | 30 | 4:01 | 33.50 | 2:57:27 | 5:17 | 1 | - | 71 | |
| □□□ □□ | 8.69 | 52:04 | 5:59 | 10 | 11:16 | 25 | 12:09 | 42.19 | 3:49:31 | 5:26 | 10 | 39:26 | 34 | 52:23 |