



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

STEINERT, Steffen

□□□: 4:17:20

□□: Lunzenau

□□: 9.79 km/h

□□: 359

□□□□: 6:06 min/km

□□: 42.16 km

□□□□□/□□□: 79 (of 289)

Marathon

□□□□□/□: 75 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□:

□□□□□: 17(of 50)

Männer M45

□□□□□□□: 3:39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	30:22	5:45	19	6:59	101	8:00	5.27	30:22	5:45	43			40	
□□ 2	5.27	30:00	5:41	15	5:23	92	6:34	10.54	1:00:22	5:43	38			202	
□□ 3	5.27	30:18	5:44	13	4:57	85	6:40	15.81	1:30:40	5:44	42			80	
□□ 4	5.27	31:51	6:02	19	5:01	98	7:13	21.08	2:02:31	5:48	34			72	
□□ 5	5.27	33:35	6:22	21	5:57	112	8:16	26.35	2:36:06	5:55	40			73	33:17
□□ 6	5.27	33:56	6:26	16	5:44	85	8:05	31.62	3:10:02	6:00	49			245	41:16
□□ 7	5.27	34:26	6:32	15	6:15	64	8:19	36.89	3:44:28	6:05	40			69	49:35
□□□ Ziel	5.27	32:52	6:14	8	4:29	48	7:09	42.16	4:17:20	6:06	18	2:56:34		85	3:50:33