



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

POERSCHKE, Ralf

□□□: 4:20:54

□□: MSV Eintracht Halberstadt

□□: 9.70 km/h

□□: 275

□□□□: 6:11 min/km

□□: 42.16 km

□□□□□/□□□: 89 (of 289)

Marathon

□□□□□/□: 85 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□:

□□□□□: 19(of 50)

Männer M45

□□□□□□□: 3:39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	29:22	5:34	16	5:59	84	7:00	5.27	29:22	5:34	45			95	
□□ 2	5.27	29:19	5:33	14	4:42	81	5:53	10.54	58:41	5:34	34			81	
□□ 3	5.27	30:23	5:45	16	5:02	91	6:45	15.81	1:29:04	5:38	44			90	
□□ 4	5.27	31:28	5:58	16	4:38	89	6:50	21.08	2:00:32	5:43	36			80	
□□ 5	5.27	32:03	6:04	18	4:25	84	6:44	26.35	2:32:35	5:47	42			83	29:46
□□ 6	5.27	34:20	6:30	21	6:08	97	8:29	31.62	3:06:55	5:54	37			74	38:09
□□ 7	5.27	37:25	7:05	24	9:14	102	11:18	36.89	3:44:20	6:04	42			79	49:27
□□□ Ziel	5.27	36:34	6:56	19	8:11	93	10:51	42.16	4:20:54	6:11	20	3:00:08		95	3:54:07