



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

HIECKE, Jörg

□□: ForumTeam

□□: 120

□□: 42.16 km

Marathon

□□□□:

Männer M30

□□□: 4:27:31

□□: 9.46 km/h

□□□□: 6:21 min/km

□□□□□/□□□: 101 (of 289)

□□□□□/□: 97 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□□: 19(of 31)

□□□□□□□: 3:22:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	28:38	5:25	17	5:01	66	6:16	5.27	28:38	5:25	14	1:27	107		
□□ 2	5.27	29:06	5:31	15	4:33	75	5:40	10.54	57:44	5:28	11	2:34	89		
□□ 3	5.27	29:14	5:32	13	4:56	65	5:36	15.81	1:26:58	5:30	14	2:26	102		
□□ 4	5.27	29:48	5:39	13	5:09	57	5:10	21.08	1:56:46	5:32	12	2:22	90		
□□ 5	5.27	33:20	6:19	17	7:54	105	8:01	26.35	2:30:06	5:41	12	4:19	95	27:17	
□□ 6	5.27	36:19	6:53	20	10:28	130	10:28	31.62	3:06:25	5:53	31	28:24	240	37:39	
□□ 7	5.27	40:43	7:43	22	14:32	158	14:36	36.89	3:47:08	6:09	11	6:58	91	52:15	
□□□ Ziel	5.27	40:23	7:39	19	14:19	143	14:40	42.16	4:27:31	6:20	19	1:04:48	107	4:00:44	