



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

BJÖRN, Heiko

□□: Magdeburger-Laufkultur 08
 □□: 23

□□: 42.16 km
 Marathon

□□□□:
 Männer M45

□□□: 4:29:16

□□: 9.36 km/h
 □□□□: 6:23 min/km

□□□□□/□□□□: 105 (of 289)

□□□□□/□: 101 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□□: 21(of 50)

□□□□□□□: 3:39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	33:44	6:24	39	10:21	184	11:22	5.27	33:44	6:24	47	2:04	111	
□□ 2	5.27	35:10	6:40	42	10:33	204	11:44	10.54	1:08:54	6:32	2	4:12	92	
□□ 3	5.27	36:31	6:55	41	11:10	212	12:53	15.81	1:45:25	6:40	46	4:45	106	
□□ 4	5.27	37:52	7:11	45	11:02	214	13:14	21.08	2:23:17	6:47	39	6:14	93	11:37
□□ 5	5.27	30:25	5:46	7	2:47	53	5:06	26.35	2:53:42	6:35	44		99	50:53
□□ 6	5.27	30:22	5:45	4	2:10	38	4:31	31.62	3:24:04	6:27	39		86	55:18
□□ 7	5.27	32:34	6:10	8	4:23	45	6:27	36.89	3:56:38	6:24	44		95	1:01:45
□□□ Ziel	5.27	32:38	6:11	6	4:15	43	6:55	42.16	4:29:16	6:23	22	3:08:30	111	4:02:29