



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

CANINENBERG, Jens

□□□: 4:33:53

□□: Heinade/Hellental

□□: 9.20 km/h

□□: 37

□□□□: 6:30 min/km

□□: 42.16 km

□□□□□/□□□: 122 (of 289)

Marathon

□□□□□/□: 118 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□:

□□□□□: 21(of 42)

Männer M35

□□□□□□□: 3:29:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	30:00	5:41	19	7:38	91	7:38	5.27	30:00	5:41	3			128	
□□ 2	5.27	31:53	6:02	27	8:27	140	8:27	10.54	1:01:53	5:52	6	0:08		105	
□□ 3	5.27	32:57	6:15	29	9:19	156	9:19	15.81	1:34:50	5:59	3			123	
□□ 4	5.27	33:15	6:18	26	8:13	140	8:37	21.08	2:08:05	6:04	40			249	
□□ 5	5.27	34:30	6:32	22	8:21	135	9:11	26.35	2:42:35	6:10	3			116	39:46
□□ 6	5.27	36:18	6:53	21	9:47	129	10:27	31.62	3:18:53	6:17	2			103	50:07
□□ 7	5.27	38:00	7:12	18	10:21	113	11:53	36.89	3:56:53	6:25	3			112	1:02:00
□□□ Ziel	5.27	37:00	7:01	16	10:23	99	11:17	42.16	4:33:53	6:29	24	3:08:00		128	4:07:06