



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

LIESEGANG, Stefan

□□□: 4:44:30

□□: LA Fortuna Düsseldorf

□□: 8.86 km/h

□□: 207

□□□□: 6:45 min/km

□□: 42.16 km

□□□□□/□□□: 153 (of 289)

Marathon

□□□□□/□: 147 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□:

□□□□□: 28(of 50)

Männer M45

□□□□□□□: 3:39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	34:07	6:28	43	10:44	192	11:45	5.27	34:07	6:28	4	2:27	157		
□□ 2	5.27	33:31	6:21	35	8:54	180	10:05	10.54	1:07:38	6:25	5	2:56	124		
□□ 3	5.27	34:05	6:28	33	8:44	178	10:27	15.81	1:41:43	6:26	4	1:03	152		
□□ 4	5.27	34:26	6:32	32	7:36	166	9:48	21.08	2:16:09	6:27	4		120	4:29	
□□ 5	5.27	35:09	6:40	28	7:31	149	9:50	26.35	2:51:18	6:30	5		145	48:29	
□□ 6	5.27	35:36	6:45	23	7:24	117	9:45	31.62	3:26:54	6:32	4		131	58:08	
□□ 7	5.27	37:27	7:06	25	9:16	103	11:20	36.89	4:04:21	6:37	48		241	1:09:28	
□□□ Ziel	5.27	40:09	7:37	29	11:46	139	14:26	42.16	4:44:30	6:44	29	3:23:44	157	4:17:43	