



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

LOHKÄMPER, Jörg

□□□: 4:49:53

□□: Schalke 04

□□: 8.69 km/h

□□: 210

□□□□: 6:53 min/km

□□: 42.16 km

□□□□□/□□□: 165 (of 289)

Marathon

□□□□□/□: 156 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□:

□□□□□: 32(of 50)

Männer M45

□□□□□□□: 3:39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	30:14	5:44	18	6:51	98	7:52	5.27	30:14	5:44	8	-	166	
□□ 2	5.27	30:46	5:50	23	6:09	117	7:20	10.54	1:01:00	5:47	39	-	204	
□□ 3	5.27	31:43	6:01	25	6:22	127	8:05	15.81	1:32:43	5:51	8	-	161	
□□ 4	5.27	33:29	6:21	27	6:39	146	8:51	21.08	2:06:12	5:59	48	-	241	
□□ 5	5.27	36:33	6:56	34	8:55	173	11:14	26.35	2:42:45	6:10	9	-	153	39:56
□□ 6	5.27	40:45	7:43	39	12:33	196	14:54	31.62	3:23:30	6:26	8	-	140	54:44
□□ 7	5.27	43:11	8:11	38	15:00	181	17:04	36.89	4:06:41	6:41	7	-	137	1:11:48
□□□ Ziel	5.27	43:12	8:11	36	14:49	182	17:29	42.16	4:49:53	6:52	33	3:29:07	167	4:23:06