



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

ROSE, Frank

□□: Behringen

□□: 300

□□: 42.16 km

Marathon

□□□□:

Männer M45

□□□: 4:51:37

□□: 8.64 km/h

□□□□: 6:55 min/km

□□□□□/□□□: 173 (of 289)

□□□□□/□: 163 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□□: 34(of 50)

□□□□□□□: 3:39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	31:26	5:57	26	8:03	129	9:04	5.27	31:26	5:57	10	-	173	
□□ 2	5.27	31:51	6:02	27	7:14	139	8:25	10.54	1:03:17	6:00	43	-	221	
□□ 3	5.27	32:18	6:07	28	6:57	139	8:40	15.81	1:35:35	6:02	10	-	168	
□□ 4	5.27	34:06	6:28	29	7:16	154	9:28	21.08	2:09:41	6:09	8	-	134	
□□ 5	5.27	37:05	7:02	37	9:27	183	11:46	26.35	2:46:46	6:19	11	-	160	43:57
□□ 6	5.27	40:18	7:38	37	12:06	191	14:27	31.62	3:27:04	6:32	10	-	113	58:18
□□ 7	5.27	44:04	8:21	41	15:53	191	17:57	36.89	4:11:08	6:48	8	-	142	1:16:15
□□□ Ziel	5.27	40:29	7:40	31	12:06	145	14:46	42.16	4:51:37	6:55	35	3:30:51	174	4:24:50