



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

HELM, Peter

□□: LT Wetzlar
 □□: 115

□□: 42.16 km
 Marathon

□□□□:
 Männer M50

□□□: 4:57:17

□□: 8.48 km/h
 □□□□: 7:03 min/km

□□□□□/□□□: 192 (of 289)

□□□□□/□: 179 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□□: 18(of 32)

□□□□□□□: 3:20:36

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.27	31:15	5:55	11	7:12	121	8:53	5.27	31:15	5:55	15		189	
□□ 2	5.27	30:09	5:43	8	5:55	96	6:43	10.54	1:01:24	5:49	25	13:03	209	
□□ 3	5.27	31:08	5:54	9	6:37	111	7:30	15.81	1:32:32	5:51	15		184	
□□ 4	5.27	33:38	6:22	13	9:00	148	9:00	21.08	2:06:10	5:59	31		240	
□□ 5	5.27	34:10	6:28	12	8:51	129	8:51	26.35	2:40:20	6:05	13		176	37:31
□□ 6	5.27	37:10	7:03	15	11:13	142	11:19	31.62	3:17:30	6:14	12		163	48:44
□□ 7	5.27	48:41	9:14	29	22:34	232	22:34	36.89	4:06:11	6:40	30		243	1:11:18
□□ Ziel	5.27	51:06	9:41	30	25:23	238	25:23	42.16	4:57:17	7:03	19	3:35:44	190	4:30:30