



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

MARQUARDT, Herbert

□□□: 5:03:07

□□: 1.FC Rentweinsdorf

□□: 8.31 km/h

□□: 218

□□□□: 7:11 min/km

□□: 42.16 km

□□□□□/□□□: 201 (of 289)

Marathon

□□□□□/□: 188 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□:

□□□□□: 39(of 50)

Männer M45

□□□□□□□: 3:39:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	36:52	6:59	48	13:29	234	14:30	5.27	36:52	6:59	15	5:12	198	
□□ 2	5.27	35:44	6:46	44	11:07	215	12:18	10.54	1:12:36	6:53	12	7:54	144	
□□ 3	5.27	35:54	6:48	38	10:33	202	12:16	15.81	1:48:30	6:51	15	7:50	193	
□□ 4	5.27	36:19	6:53	37	9:29	194	11:41	21.08	2:24:49	6:52	13	7:46	155	13:09
□□ 5	5.27	38:04	7:13	41	10:26	199	12:45	26.35	3:02:53	6:56	16	2:10	184	1:00:04
□□ 6	5.27	41:26	7:51	40	13:14	200	15:35	31.62	3:44:19	7:05	15	5:35	172	1:15:33
□□ 7	5.27	41:17	7:50	33	13:06	165	15:10	36.89	4:25:36	7:11	1	-	164	1:30:43
□□□ Ziel	5.27	37:31	7:07	25	9:08	116	11:48	42.16	5:03:07	7:11	40	3:42:21	199	4:36:20