



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

HEß, Christian

□□: Oldenburg

□□: 118

□□: 42.16 km

Marathon

□□□□:

Männer M30

□□□: 5:20:02

□□: 7.90 km/h

□□□□: 7:35 min/km

□□□□□/□□□: 233 (of 289)

□□□□□/□: 215 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□□: 27(of 31)

□□□□□□□: 3:22:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	5.27	32:05	6:05	24	8:28	145	9:43	5.27	32:05	6:05	5	4:54	225	
□□ 2	5.27	32:05	6:05	23	7:32	148	8:39	10.54	1:04:10	6:05	30	9:00	226	
□□ 3	5.27	32:49	6:13	22	8:31	152	9:11	15.81	1:36:59	6:08	5	12:27	220	
□□ 4	5.27	37:18	7:04	27	12:39	204	12:40	21.08	2:14:17	6:22	5	19:53	178	2:37
□□ 5	5.27	40:35	7:42	29	15:09	219	15:16	26.35	2:54:52	6:38	4	29:05	203	52:03
□□ 6	5.27	49:12	9:20	30	23:21	250	23:21	31.62	3:44:04	7:05	5	1:06:03	199	1:15:18
□□ 7	5.27	50:13	9:31	30	24:02	242	24:06	36.89	4:34:17	7:26	5	54:07	191	1:39:24
□□ Ziel	5.27	45:45	8:40	26	19:41	203	20:02	42.16	5:20:02	7:35	28	1:57:19	226	4:53:15