



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

□□□□

GRUBE, Frank

□□: TuS Hiltrup

□□: 99

□□: 42.16 km

Marathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 6:01:18

□□: 7.00 km/h

□□□□: 8:34 min/km

□□□□□/□□□: 275 (of 289)

□□□□□/□: 249 (of 261)

□□□□□□: 3:20:36

□□□□□: 53(of 55)

□□□□□□□: 3:28:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	5.27	38:19	7:16	54	15:06	250	15:57	5.27	38:19	7:16	28	4:52	259		
□□ 2	5.27	39:41	7:31	53	15:11	254	16:15	10.54	1:18:00	7:24	22	9:27	192		
□□ 3	5.27	40:41	7:43	53	16:04	251	17:03	15.81	1:58:41	7:30	27	28:29	253	2:35	
□□ 4	5.27	43:31	8:15	52	18:30	252	18:53	21.08	2:42:12	7:41	25	18:35	212	30:32	
□□ 5	5.27	45:17	8:35	53	18:59	247	19:58	26.35	3:27:29	7:52	26	32:50	233	1:24:40	
□□ 6	5.27	48:48	9:15	53	21:13	248	22:57	31.62	4:16:17	8:06	27	57:06	227	1:47:31	
□□ 7	5.27	50:30	9:34	53	21:59	244	24:23	36.89	5:06:47	8:18	24	56:17	222	2:11:54	
□□□ Ziel	5.27	54:31	10:20	52	26:53	245	28:48	42.16	6:01:18	8:34	55	4:24:05	260	5:34:31	