



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

□□□□

Schietzel, Heiko

□□□: 4:43:27

□□: Treppenlaufteam Schritt für Schritt

□□: 8.89 km/h

□□: 331

□□□□: 6:43 min/km

□□: 42.16 km

□□□□□/□□□: 137 (of 311)

Marathon

□□□□□/□: 129 (of 279)

□□□□□□: 3:02:44

□□□□:

□□□□□: 34(of 62)

Männer M45

□□□□□□□: 3:40:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	5.27	31:20	5:56	27	7:10	118	9:37	5.27	31:20	5:56	6	-	-	68	0:47
Runde	5.27	29:51	5:39	17	5:03	75	8:08	10.54	1:01:11	5:48	5	-	-	129	17:45
Runde	5.27	30:23	5:45	21	4:42	83	8:08	15.81	1:31:34	5:47	5	-	-	63	25:53
Runde	5.27	31:58	6:03	23	5:20	96	9:10	21.08	2:03:32	5:51	5	-	-	74	35:03
Runde	5.27	36:47	6:58	38	8:39	162	14:11	26.35	2:40:19	6:05	5	-	-	129	49:14
Runde	5.27	38:02	7:13	38	8:57	146	15:30	31.62	3:18:21	6:16	5	-	-	129	1:04:44
Runde	5.27	41:12	7:49	38	11:26	159	18:00	36.89	3:59:33	6:29	5	-	-	128	1:22:44
Runde	5.27	43:54	8:19	49	28:09	184	28:09	42.16	4:43:27	6:43	37	3:46:03	-	135	3:50:05