



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

□□□□

Brüchert-Pastor, Nils

□□: PV Triathlon Witten

□□: 42

□□: 42.16 km

Marathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 4:50:55

□□: 8.70 km/h

□□□□: 6:54 min/km

□□□□□/□□□: 161 (of 311)

□□□□□/□: 151 (of 279)

□□□□□□: 3:02:44

□□□□□: 33(of 62)

□□□□□□□: 3:33:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	5.27	31:23	5:57	32	8:37	123	9:40	5.27	31:23	5:57	3		156	0:50
Runde	5.27	31:33	5:59	28	7:52	118	9:50	10.54	1:02:56	5:58	3		151	19:30
Runde	5.27	32:54	6:14	29	8:11	130	10:39	15.81	1:35:50	6:03	3		151	30:09
Runde	5.27	35:26	6:43	39	9:40	169	12:38	21.08	2:11:16	6:13	3		151	42:47
Runde	5.27	38:06	7:13	41	11:36	180	15:30	26.35	2:49:22	6:25	3		151	58:17
Runde	5.27	37:00	7:01	28	8:51	125	14:28	31.62	3:26:22	6:31	3		151	1:12:45
Runde	5.27	40:22	7:39	34	11:55	152	17:10	36.89	4:06:44	6:41	3		150	1:29:55
Runde	5.27	44:11	8:23	41	17:11	187	28:26	42.16	4:50:55	6:54	34	3:57:33	157	3:57:33