



5. Schlaubetal-Marathon

Eisenhüttenstadt / 15.10.2011

□□□□

Buchan, Rudolf

□□: Spremberger Spreeläufer

□□: 686

□□: 42.19 km

Cross-Marathon

□□□□:

Männer M55

□□□: 3:46:43

□□: 11.12 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 104)

□□□□□/□: 31 (of 89)

□□□□□□: 2:55:05

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 3:29:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	11.60	57:01	4:54	2	3:51	26	9:45	11.60	57:01	4:54	3	3:51	81		
□□ 2	18.40	1:41:12	5:30	3	8:36	32	23:52	30.00	2:38:13	5:16	3	12:27	81		
□□ 3	3.50	15:10	4:19	3	1:11	29	3:38	33.50	2:53:23	5:10	3	13:25	81		
□□□ □□	8.69	53:20	6:08	3	4:16	29	15:30	42.19	3:46:43	5:22	3	17:06	31	51:38	