



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

□□□□

König, Lars

□□: TuS Neukölln Berlin Triathlon
 □□: 190

□□: 42.16 km
 Marathon

□□□□:
 Männer M40

□□□: 4:56:48

□□: 8.49 km/h
 □□□□: 7:02 min/km

□□□□□/□□□: 180 (of 311)

□□□□□/□: 167 (of 279)

□□□□□□: 3:02:44

□□□□□: 39(of 62)

□□□□□□□: 3:33:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	5.27	30:45	5:50	23	7:59	98	9:02	5.27	30:45	5:50	9	-	105	0:12
Runde	5.27	31:10	5:54	23	7:29	111	9:27	10.54	1:01:55	5:52	9	-	64	18:29
Runde	5.27	33:09	6:17	33	8:26	140	10:54	15.81	1:35:04	6:00	9	-	167	29:23
Runde	5.27	34:34	6:33	31	8:48	146	11:46	21.08	2:09:38	6:08	9	-	167	41:09
Runde	5.27	37:23	7:05	36	10:53	170	14:47	26.35	2:47:01	6:20	9	-	167	55:56
Runde	5.27	41:07	7:48	41	12:58	194	18:35	31.62	3:28:08	6:34	9	-	167	1:14:31
Runde	5.27	42:56	8:08	42	14:29	183	19:44	36.89	4:11:04	6:48	9	-	166	1:34:15
Runde	5.27	45:44	8:40	45	18:44	208	29:59	42.16	4:56:48	7:02	40	4:03:26	173	4:03:26