



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

□□□□

Ladegast, Dieter

□□: preconGang

□□: 210

□□: 42.16 km

Marathon

□□□□:

Männer M50

□□□: 5:14:34

□□: 8.01 km/h

□□□□: 7:28 min/km

□□□□□/□□□: 220 (of 311)

□□□□□/□: 204 (of 279)

□□□□□□: 3:02:44

□□□□□: 30(of 47)

□□□□□□□: 3:29:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	5.27	35:20	6:42	34	10:05	215	13:37	5.27	35:20	6:42	7	2:31	210	4:47	
Runde	5.27	35:33	6:44	34	10:32	201	13:50	10.54	1:10:53	6:43	7	3:07	205	27:27	
Runde	5.27	36:48	6:58	35	10:46	215	14:33	15.81	1:47:41	6:48	7	3:39	205	42:00	
Runde	5.27	36:40	6:57	28	10:44	186	13:52	21.08	2:24:21	6:50	7	1:54	205	55:52	
Runde	5.27	38:46	7:21	29	12:27	187	16:10	26.35	3:03:07	6:56	7		205	1:12:02	
Runde	5.27	44:10	8:22	39	16:53	232	21:38	31.62	3:47:17	7:11	7		205	1:33:40	
Runde	5.27	43:50	8:19	29	16:11	192	20:38	36.89	4:31:07	7:20	7		204	1:54:18	
Runde	5.27	43:27	8:14	28	17:49	178	27:42	42.16	5:14:34	7:27	30	1:45:27	210	4:21:12	