



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

□□□□

Held, Matthias

□□: sc impuls erfurt

□□: 131

□□: 31.62 km

3/4 Marathon

□□□□:

Männer M40

□□□: 3:14:32

□□: 9.75 km/h

□□□□: 6:09 min/km

□□□□□/□□□□: 2 (of 23)

□□□□□/□: 2 (of 22)

□□□□□□: 2:46:55

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 3:14:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	5.27	28:15	5:21	2	2:58	3	2:58	5.27	28:15	5:21	1	-	22	
Runde	5.27	30:21	5:45	2	2:59	3	3:32	10.54	58:36	5:33	1	-	22	
Runde	5.27	30:06	5:42	2	1:05	3	3:14	15.81	1:28:42	5:36	1	-	22	
Runde	5.27	30:24	5:46	1	-	2	2:28	21.08	1:59:06	5:38	1	-	22	
Runde	5.27	31:52	6:02	1	-	2	3:33	26.35	2:30:58	5:43	1	-	22	
Runde	5.27	43:34	8:16	3	3:55	9	12:26	31.62	3:14:32	6:09	1	-	2	27:37