



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

□□□□

Bechler, Ralf

□□: Rennsteiglaufverein

□□: 14

□□: 31.62 km

3/4 Marathon

□□□□:

Männer M45

□□□: 3:16:15

□□: 9.67 km/h

□□□□: 6:13 min/km

□□□□□/□□□: 3 (of 23)

□□□□□/□: 3 (of 22)

□□□□□□: 2:46:55

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 3:16:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	5.27	30:26	5:46	1	-	5	5:09	5.27	30:26	5:46	1	-	21		
Runde	5.27	30:46	5:50	1	-	4	3:57	10.54	1:01:12	5:48	1	-	21		
Runde	5.27	30:26	5:46	1	-	4	3:34	15.81	1:31:38	5:47	1	-	21		
Runde	5.27	31:04	5:53	1	-	3	3:08	21.08	2:02:42	5:49	1	-	21		
Runde	5.27	33:24	6:20	1	-	3	5:05	26.35	2:36:06	5:55	1	-	21		
Runde	5.27	40:09	7:37	1	-	4	9:01	31.62	3:16:15	6:12	1	-	3	29:20	