



Langenberg-Marathon  
Bruchhausen / 05.10.2013

□□□□

Apfelbaum, Markus

□□□: 5:31:26

□□: 3086

□□: 19.01 km/h

□□□□: 3:10 min/km

□□: 105.00 km

□□□□□/□□□: 10 (of 41)

Langdistanz

□□□□□/□: 10 (of 39)

□□□□□□: 5:03:57

□□□□:

□□□□□: 5(of 17)

Senioren II

□□□□□□□: 5:03:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Rundenkontrolle	35.00	1:46:29	3:02	5	9:24	9	10:08	35.00	1:46:29	3:02	5			10	
Rundenkontrolle	35.00	1:48:37	3:06	5	1:47:14	8	1:47:14	70.00	3:35:06	3:04	6	59:12	13		
□□	35.00	1:56:20	3:19	2	10:03	4	10:03	105.00	5:31:26	3:09	10	1:06:31	21	3:12:46	