



Langenberg-Marathon  
Bruchhausen / 05.10.2013

□□□□

Schürkämper, Jörg

□□: Hobby

□□: 2189

□□: 70.00 km

Mitteldistanz

□□□□:

Senioren III

□□□: 6:25:17

□□: 10.90 km/h

□□□□: 5:30 min/km

□□□□□/□□□: 107 (of 144)

□□□□□/□: 100 (of 135)

□□□□□□: 3:05:22

□□□□□: 15(of 19)

□□□□□□□: 3:19:45

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ min/km | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|-----------------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|------------------|---------|---------|---------|---------|
| Rundenkontrolle | 35.00    | 3:04:11         | 5:15         | 15      | 1:24:55 | 100     | 1:33:10 | 35.00 | 3:04:11   | 5:15             | 15      | 1:24:55 | 101     | 1:04:43 |
| □□              | -        | 3:21:06         | -            | 19      | 1:40:37 | 130     | 1:48:01 | 70.00 | 6:25:17   | -                | 19      | 4:08:25 | 130     | 4:46:16 |