



7. Schlaubetal-Marathon
Eisenhüttenstadt / 19.10.2013

□□□□

Zeuke, Frank

□□: Frankfurt (Oder)

□□: 431

□□: 21.10 km

Eisenhüttenstädter Cross-Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:54:25

□□: 11.01 km/h

□□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 72 (of 146)

□□□□□/□: 67 (of 116)

□□□□□□: 1:26:13

□□□□□: 13(of 22)

□□□□□□□: 1:30:04

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| □□ 1 | 11.80 | 55:14 | 4:40 | 11 | 9:55 | 55 | 12:16 | 11.80 | 55:14 | 4:40 | 10 | | 68 | 12:16 |
| □□□ □□ | 9.30 | 59:11 | 6:21 | 14 | 14:26 | 74 | 15:56 | 21.10 | 1:54:25 | 5:25 | 13 | 24:21 | 67 | 28:12 |