



7. Schlaubetal-Marathon
Eisenhüttenstadt / 19.10.2013

□□□□

Malig, Ralf

□□: Bowlingclub Senftenberg

□□: 600

□□: 43.00 km

Cross-Marathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 3:09:38

□□: 13.61 km/h

□□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 105)

□□□□□/□: 7 (of 82)

□□□□□□: 2:49:01

□□□□□: 1(of 14)

□□□□□□□: 3:09:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	11.60	49:27	4:15	2	1:33	8	5:30	11.60	49:27	4:15	1	-	56	
□□ 2	19.00	1:22:58	4:22	1	-	6	8:29	30.60	2:12:25	4:19	1	-	55	
□□ 3	1.70	13:52	8:09	1	-	7	1:40	32.30	2:26:17	4:31	1	-	55	
□□□ □□	10.70	43:21	4:03	1	-	6	4:58	43.00	3:09:38	4:24	1	-	7	20:37