



7. Schlaubetal-Marathon  
Eisenhüttenstadt / 19.10.2013

□□□□

Diekmann, Jörg

□□: Triathlonverein Fürstenwalde 1990

□□: 625

□□: 43.00 km

Cross-Marathon

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 3:58:23

□□: 10.82 km/h

□□□□: 5:32 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 105)

□□□□□/□: 36 (of 82)

□□□□□□: 2:49:01

□□□□□: 6(of 14)

□□□□□□□: 3:09:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	11.60	1:03:34	5:28	9	15:40	53	19:37	11.60	1:03:34	5:28	6	14:07	68	2:32	
□□ 2	19.00	1:45:05	5:31	7	22:07	39	30:36	30.60	2:48:39	5:30	6	36:14	66		
□□ 3	1.70	16:42	9:49	6	2:50	33	4:30	32.30	3:05:21	5:44	6	39:04	66		
□□□ □□	10.70	53:02	4:57	5	9:41	31	14:39	43.00	3:58:23	5:32	6	48:45	36	1:09:22	