



12. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 16.11.2013

□□□□

Quitschorek, Martin

□□□: 2:47:17

□□: Sauerländer Laufraketen

□□: 7.53 km/h

□□: 239

□□□□: 7:50 min/km

□□: 21.34 km

□□□□□/□□□: 54 (of 62)

Halbmarathon

□□□□□/□: 44 (of 51)

□□□□□□: 1:34:46

□□□□:

□□□□□: 10(of 11)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□□□□□: 1:43:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	3.47	23:37	6:48	8	8:29	34	9:05	3.47	23:37	6:48	8	8:29	3	0:21	
Runde	3.47	26:37	7:40	10	10:49	44	11:42	6.94	50:14	7:14	8	19:18	3	3:14	
Runde	3.47	27:40	7:58	11	10:52	46	12:07	10.41	1:17:54	7:28	7	30:10	5		
Runde	3.47	28:19	8:09	11	10:40	45	12:14	13.88	1:46:13	7:39	8	40:50	3	8:40	
Runde	3.47	31:03	8:56	11	12:31	48	14:23	17.35	2:17:16	7:54	8	53:21	3	13:45	
Runde	3.97	30:01	7:33	9	9:59	42	13:00	21.34	2:47:17	7:50	10	1:03:20	44	1:12:31	