



8. Schlaubetal Marathon

Eisenhüttenstadt / 18.10.2014

□□□□

Helmecke, Silke

□□: Potsdamer Laufclub
 □□: 630

□□: 43.00 km
 Cross-Marathon

□□□□:
 Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 4:13:27

□□: 10.18 km/h
 □□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 117)

□□□□□/□: 11 (of 35)

□□□□□□: 3:34:11

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 3:43:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	11.60	1:06:16	5:42	5	8:02	14	11:39	11.60	1:06:16	5:42	6	6:13	29		
□□ 2	9.90	59:15	5:59	6	6:14	10	7:21	21.50	2:05:31	5:50	6	10:42	29		
□□ 3	11.10	1:09:54	6:17	6	10:28	11	12:13	32.60	3:15:25	5:59	6	21:04	29		
□□□ Ziel Inselhall	10.40	58:02	5:34	6	8:59	11	8:59	43.00	4:13:27	5:53	6	30:03	11	39:16	