



13. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 15.11.2014

□□□□

Förster, Udo

□□: 100 Marathon Club

□□: 104

□□: 21.34 km

Halbmarathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:31:29

□□: 8.32 km/h

□□□□: 7:06 min/km

□□□□□/□□□: 127 (of 201)

□□□□□/□: 109 (of 167)

□□□□□□: 1:32:52

□□□□□: 14(of 21)

□□□□□□□: 1:54:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	3.47	23:47	6:51	14	6:16	123	9:27	3.47	23:47	6:51	8	4:25	109	0:54
Runde	3.47	26:30	7:38	19	8:15	149	11:41	6.94	50:17	7:14	8	7:54	108	20:39
Runde	3.47	27:17	7:51	19	8:19	148	13:37	10.41	1:17:34	7:27	8	11:15	108	32:23
Runde	3.47	24:37	7:05	13	5:41	97	8:50	13.88	1:42:11	7:21	8	11:45	106	41:13
Runde	3.47	25:57	7:28	12	6:43	95	9:56	17.35	2:08:08	7:23	8	11:59	105	51:09
Runde	3.97	23:21	5:52	8	3:19	58	22:45	21.34	2:31:29	7:05	15	1:44:02	110	1:44:02