



13. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 15.11.2014

□□□□

Alexander, Dirk

□□: Runners Point Gießen
 □□: 4

□□: 42.18 km
 Marathon

□□□□:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 3:26:44

□□: 12.24 km/h
 □□□□: 4:54 min/km

□□□□□/□□□□: 7 (of 272)

□□□□□/□: 7 (of 245)

□□□□□□: 3:07:01

□□□□□: 2(of 18)

□□□□□□□: 3:19:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	3.47	15:28	4:27	2	0:11	11	1:42	3.47	15:28	4:27	18		8	
Runde	3.47	15:16	4:23	1	-	7	0:35	6.94	30:44	4:25	18		10	
Runde	3.47	16:03	4:37	2	0:10	9	1:06	10.41	46:47	4:29	18		10	
Runde	3.47	16:15	4:40	2	0:12	7	0:38	13.88	1:03:02	4:32	18		9	
Runde	3.47	16:33	4:46	2	0:29	6	0:58	17.35	1:19:35	4:35	18		8	
Runde	3.47	16:49	4:50	2	0:48	5	1:21	20.82	1:36:24	4:37	18		8	
Runde	3.47	17:47	5:07	3	1:41	9	2:14	24.29	1:54:11	4:42	18		8	
Runde	3.47	17:50	5:08	2	1:33	7	1:42	27.76	2:12:01	4:45	18		8	
Runde	3.47	18:33	5:20	3	2:04	8	2:31	31.23	2:30:34	4:49	18		7	11:44
Runde	3.47	19:01	5:28	3	1:39	9	2:55	34.70	2:49:35	4:53	17		7	14:39
Runde	3.47	18:46	5:24	2	0:03	7	2:54	38.17	3:08:21	4:56	17		7	17:33
Runde	3.97	18:23	4:37	2	0:45	14	18:06	42.18	3:26:44	4:54	2	6:48	8	1:57:31