



13. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 15.11.2014

□□□□

Rückert, Jens

□□: Arnstadt
 □□: 387

□□: 21.34 km
 Halbmarathon

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:12:48

□□: 9.49 km/h
 □□□□: 6:13 min/km

□□□□□/□□□: 64 (of 201)

□□□□□/□: 55 (of 167)

□□□□□□: 1:32:52

□□□□□: 6(of 21)

□□□□□□□: 1:54:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	3.47	22:05	6:21	11	4:34	94	7:45	3.47	22:05	6:21	16	2:43	58	
Runde	3.47	22:40	6:31	11	4:25	94	7:51	6.94	44:45	6:26	16	2:22	57	15:07
Runde	3.47	21:50	6:17	6	2:52	55	8:10	10.41	1:06:35	6:23	16	0:16	57	21:24
Runde	3.47	21:51	6:17	6	2:55	43	6:04	13.88	1:28:26	6:22	16		55	27:28
Runde	3.47	21:55	6:18	4	2:41	38	5:54	17.35	1:50:21	6:21	16		54	33:22
Runde	3.97	22:27	5:39	5	2:25	40	21:51	21.34	2:12:48	6:13	7	1:25:21	56	1:25:21