

# Lucerne Marathon: Marathon Pacemaker Tabelle

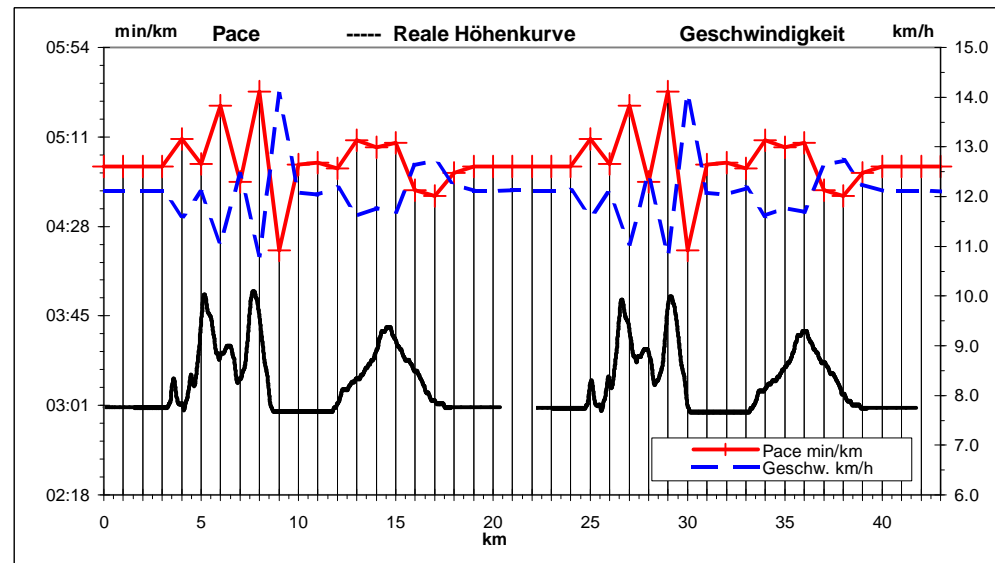
Präsentiert von:



Holen Sie ihr persönliches "ASICS PACEMAKER-Bändeli"

Am ASICS Stand vor dem Hotel Schweizerhof  
 Freitag, 29.10.2010: von 16.00 - 20.00 Uhr  
 Samstag, 30.10.2010: von 10.00 - 16.00 Uhr

Im Verkehrshaus bei der Startnummernausgabe:  
 Sonntag, 31.10.2010: von 06.30 - 08.30 Uhr



| km   | Time    | Pace  |
|------|---------|-------|
| 1    | 0:04:57 | 04:57 |
| 2    | 0:09:54 | 04:57 |
| 5    | 0:24:59 | 04:58 |
| 10   | 0:50:01 | 04:58 |
| 15   | 1:15:19 | 05:08 |
| 20   | 1:39:34 | 04:57 |
| HM   | 1:44:59 | 04:57 |
| 25   | 2:04:31 | 05:10 |
| 30   | 2:29:34 | 04:16 |
| 35   | 2:54:42 | 05:06 |
| 40   | 3:19:08 | 04:57 |
| Ziel | 3:30:00 | 04:57 |

- Start
- ASICS-Meile
- Haslihorn
- Verpflegungs-Posten
- Allmend
- Verpflegungs-Posten
- nach Wendepunkt
- Tribschen
- nach Kastanienbaum
- vor Allmend
- Seebrücke
- Verkehrshaus

| km   | Time    | Pace  |
|------|---------|-------|
| 1    | 0:04:57 | 04:57 |
| 2    | 0:09:54 | 04:57 |
| 3    | 0:14:50 | 04:57 |
| 4    | 0:20:01 | 05:10 |
| 5    | 0:24:59 | 04:58 |
| 6    | 0:30:25 | 05:26 |
| 7    | 0:35:14 | 04:49 |
| 8    | 0:40:47 | 05:33 |
| 9    | 0:45:03 | 04:16 |
| 10   | 0:50:01 | 04:58 |
| 11   | 0:54:59 | 04:59 |
| 12   | 0:59:55 | 04:56 |
| 13   | 1:05:05 | 05:10 |
| 14   | 1:10:11 | 05:06 |
| 15   | 1:15:19 | 05:08 |
| 16   | 1:20:04 | 04:45 |
| 17   | 1:24:47 | 04:43 |
| 18   | 1:29:41 | 04:54 |
| 19   | 1:34:37 | 04:57 |
| 20   | 1:39:34 | 04:57 |
| HM   | 1:44:59 | 04:57 |
| 25   | 2:04:31 | 05:10 |
| 30   | 2:29:34 | 04:16 |
| 35   | 2:54:42 | 05:06 |
| 40   | 3:19:08 | 04:57 |
| Ziel | 3:30:00 | 04:57 |