

# Lucerne Marathon: Marathon Pacemaker Tabelle

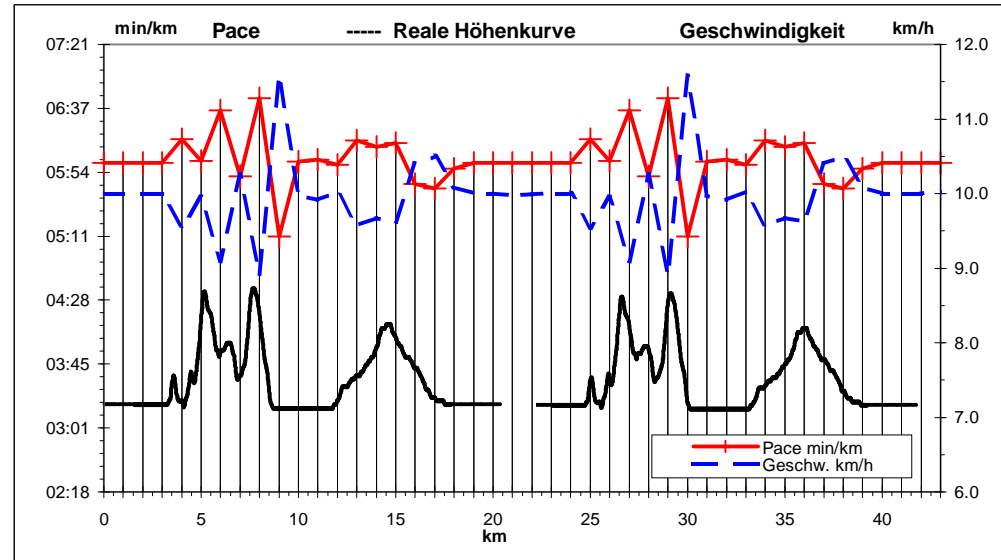
Präsentiert von:



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	0:06:00	06:00	Start
2	0:12:01	06:00	ASICS-Meile
5	0:30:20	06:02	Haslihorn
10	1:00:44	06:01	Verpflegungs-Posten
15	1:31:28	06:14	Allmend
20	2:00:55	06:00	Verpflegungs-Posten
HM	2:07:29	06:00	nach Wendepunkt
25	2:31:13	06:17	Tribschen
30	3:01:38	05:11	nach Kastanienbaum
35	3:32:08	06:12	vor Allmend
40	4:01:49	06:00	Seebrücke
Ziel	4:15:00	06:00	Verkehrshaus

km	Time	Pace
1	0:06:00	06:00
2	0:12:01	06:00
3	0:18:01	06:00
4	0:24:18	06:17
5	0:30:20	06:02
6	0:36:56	06:36
7	0:42:47	05:51
8	0:49:32	06:44
9	0:54:43	05:11
10	1:00:44	06:01
11	1:06:47	06:03
12	1:12:46	05:59
13	1:19:02	06:16
14	1:25:13	06:12
15	1:31:28	06:14
16	1:37:14	05:46
17	1:42:57	05:43
18	1:48:54	05:57
19	1:54:54	06:00
20	2:00:55	06:00
HM	2:07:29	06:00
25	2:31:13	06:17
30	3:01:38	05:11
35	3:32:08	06:12
40	4:01:49	06:00
Ziel	4:15:00	06:00