



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon  
Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

Detailauswertung

HEß, Christian

Verein: Oldenburg  
Startnummer: 118

Strecke: 42,16 km  
Marathon

Kategorie:  
Männer M30

Gesamt-Zeit: 5:20:02

Geschwindigkeit: 7,90 km/h  
Laufleistung: 7:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 233 (von 289)  
Strecken-Platzierung/Männer: 215 (von 261)  
Bestzeit der Strecke: 3:20:36

Kategorie-Platzierung: 27(von 31)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:22:43

Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung					Gesamtwertung						
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	5,27	32:05	6:05	24	8:28	145	9:43	5,27	32:05	6:05	5	4:54	225	
Runde 2	5,27	32:05	6:05	23	7:32	148	8:39	10,54	1:04:10	6:05	30	9:00	226	
Runde 3	5,27	32:49	6:13	22	8:31	152	9:11	15,81	1:36:59	6:08	5	12:27	220	
Runde 4	5,27	37:18	7:04	27	12:39	204	12:40	21,08	2:14:17	6:22	5	19:53	178	2:37
Runde 5	5,27	40:35	7:42	29	15:09	219	15:16	26,35	2:54:52	6:38	4	29:05	203	52:03
Runde 6	5,27	49:12	9:20	30	23:21	250	23:21	31,62	3:44:04	7:05	5	1:06:03	199	1:15:18
Runde 7	5,27	50:13	9:31	30	24:02	242	24:06	36,89	4:34:17	7:26	5	54:07	191	1:39:24
Letzte Runde Ziel	5,27	45:45	8:40	26	19:41	203	20:02	42,16	5:20:02	7:35	28	1:57:19	226	4:53:15