



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

Detailauswertung

LANZ, Stephan

Verein: London  
Startnummer: 197

Strecke: 42,16 km  
Marathon

Kategorie:  
Männer M30

Gesamt-Zeit: 4:37:19

Geschwindigkeit: 9,09 km/h  
Laufleistung: 6:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 133 (von 289)  
Strecken-Platzierung/Männer: 129 (von 261)  
Bestzeit der Strecke: 3:20:36

Kategorie-Platzierung: 20(von 31)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:22:43

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	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	33:57	6:26	26	10:20	188	11:35	5,27	33:57	6:26	13	6:46	139		
Runde 2	5,27	34:26	6:32	26	9:53	193	11:00	10,54	1:08:23	6:29	31	13:13	252		
Runde 3	5,27	35:01	6:38	26	10:43	190	11:23	15,81	1:43:24	6:32	13	18:52	134		
Runde 4	5,27	36:09	6:51	26	11:30	192	11:31	21,08	2:19:33	6:37	11	25:09	110	7:53	
Runde 5	5,27	33:50	6:25	20	8:24	119	8:31	26,35	2:53:23	6:34	11	27:36	127	50:34	
Runde 6	5,27	33:41	6:23	13	7:50	79	7:50	31,62	3:27:04	6:32	13	49:03	113	58:18	
Runde 7	5,27	35:08	6:40	12	8:57	78	9:01	36,89	4:02:12	6:33	30	22:02	239	1:07:19	
Letzte Runde Ziel	5,27	35:07	6:39	12	9:03	73	9:24	42,16	4:37:19	6:34	20	1:14:36	139	4:10:32	