



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

Detailauswertung

**LIESEGANG, Stefan**

Verein: LA Fortuna Düsseldorf  
Startnummer: 207

Strecke: 42,16 km  
Marathon

Kategorie:  
Männer M45

**Gesamt-Zeit: 4:44:30**

Geschwindigkeit: 8,86 km/h  
Laufleistung: 6:45 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 153 (von 289)  
Strecken-Platzierung/Männer: 147 (von 261)  
Bestzeit der Strecke: 3:20:36

Kategorie-Platzierung: 28(von 50)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:39:13

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	34:07	6:28	43	10:44	192	11:45	5,27	34:07	6:28	4	2:27	157		
Runde 2	5,27	33:31	6:21	35	8:54	180	10:05	10,54	1:07:38	6:25	5	2:56	124		
Runde 3	5,27	34:05	6:28	33	8:44	178	10:27	15,81	1:41:43	6:26	4	1:03	152		
Runde 4	5,27	34:26	6:32	32	7:36	166	9:48	21,08	2:16:09	6:27	4		120	4:29	
Runde 5	5,27	35:09	6:40	28	7:31	149	9:50	26,35	2:51:18	6:30	5		145	48:29	
Runde 6	5,27	35:36	6:45	23	7:24	117	9:45	31,62	3:26:54	6:32	4		131	58:08	
Runde 7	5,27	37:27	7:06	25	9:16	103	11:20	36,89	4:04:21	6:37	48		241	1:09:28	
Letzte Runde Ziel	5,27	40:09	7:37	29	11:46	139	14:26	42,16	4:44:30	6:44	29	3:23:44	157	4:17:43	