



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: 8,89 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        |  |