



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

Detailauswertung

**MENZEL, Udo**

Verein: LG Emsdetten  
Startnummer: 225

Strecke: 42,16 km  
Marathon

Kategorie:  
Männer M45

**Gesamt-Zeit: 3:47:37**

Geschwindigkeit: 11,11 km/h  
Laufleistung: 5:24 min/km

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

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

Kontrolle	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	28:36	5:25	14	5:13	65	6:14	5,27	28:36	5:25	29		27	
Runde 2	5,27	28:12	5:21	10	3:35	56	4:46	10,54	56:48	5:23	23		25	
Runde 3	5,27	28:08	5:20	6	2:47	45	4:30	15,81	1:24:56	5:22	28		22	
Runde 4	5,27	28:48	5:27	5	1:58	42	4:10	21,08	1:53:44	5:23	33		21	
Runde 5	5,27	28:17	5:22	2	0:39	21	2:58	26,35	2:22:01	5:23	26		17	19:12
Runde 6	5,27	28:50	5:28	2	0:38	18	2:59	31,62	2:50:51	5:24	28		20	22:05
Runde 7	5,27	28:11	5:20	1	-	6	2:04	36,89	3:19:02	5:23	26		13	24:09
Letzte Runde Ziel	5,27	28:35	5:25	2	0:12	11	2:52	42,16	3:47:37	5:23	4	2:26:51	28	3:20:50