



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon
Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

Detailauswertung

Houben, Rudolf

Verein: LLG 80 Nordpark Köln
Startnummer: 152

Strecke: 42,16 km
Marathon

Kategorie:
Männer M55

Gesamt-Zeit: 4:32:23

Geschwindigkeit: 9,25 km/h
Laufleistung: 6:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 110 (von 311)

Strecken-Platzierung/Männer: 103 (von 279)

Bestzeit der Strecke: 3:02:44

Kategorie-Platzierung: 3(von 15)

Bestzeit in der Kategorie: 4:16:29

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde	5,27	28:52	5:28	3	1:11	59	7:09	5,27	28:52	5:28	3	1:11	108	
Runde	5,27	30:18	5:44	3	2:22	91	8:35	10,54	59:10	5:36	3	3:33	103	15:44
Runde	5,27	33:41	6:23	5	5:10	149	11:26	15,81	1:32:51	5:52	3	8:43	103	27:10
Runde	5,27	33:38	6:22	5	4:01	132	10:50	21,08	2:06:29	6:00	3	12:44	103	38:00
Runde	5,27	34:24	6:31	4	4:17	112	11:48	26,35	2:40:53	6:06	3	15:01	103	49:48
Runde	5,27	34:58	6:38	2	2:42	88	12:26	31,62	3:15:51	6:11	3	12:49	91	1:02:14
Runde	5,27	37:30	7:06	5	1:33	100	14:18	36,89	3:53:21	6:19	3	13:03	102	1:16:32
Runde	5,27	39:02	7:24	5	2:51	129	23:17	42,16	4:32:23	6:27	3	15:54	109	3:39:01