



6. Schlaubetal-Marathon  
Eisenhüttenstadt / 20.10.2012

Detailauswertung

Heidemann, Rico

Verein: Stuhr  
Startnummer: 629

Strecke: 42,35 km  
Cross-Marathon

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 4:08:55

Geschwindigkeit: 10,12 km/h  
Laufleistung: 5:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 45 (von 111)  
Strecken-Platzierung/Männer: 41 (von 89)  
Bestzeit der Strecke: 2:56:00

Kategorie-Platzierung: 8(von 17)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:05:14

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	11,60	1:00:31	5:13	8	12:08	42	14:48	11,60	1:00:31	5:13	11	0:38	71	1:19
Runde 2	18,60	1:42:25	5:30	6	20:34	31	25:37	30,20	2:42:56	5:23	11		71	
Runde 3	2,50	16:51	6:44	9	4:30	38	5:28	32,70	2:59:47	5:29	11		71	
Letzte Runde Ziel	9,65	1:09:08	7:09	12	26:29	57	30:07	42,35	4:08:55	5:52	8	1:03:41	41	1:12:55