



7. Schlaubetal-Marathon  
Eisenhüttenstadt / 19.10.2013

Detailauswertung

Lau, Matthias

Verein: LT Nordkreuz Berlin  
Startnummer: 675

Strecke: 43,00 km  
Cross-Marathon

Kategorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 4:12:33

Geschwindigkeit: 10,22 km/h  
Laufleistung: 5:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 59 (von 105)  
Strecken-Platzierung/Männer: 48 (von 82)  
Bestzeit der Strecke: 2:49:01

Kategorie-Platzierung: 10(von 13)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:07:24

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	1:01:10	5:16	8	11:32	35	17:13	11,60	1:01:10	5:16	10	10:32	14	0:08
Runde 2	19,00	1:46:20	5:35	9	23:23	44	31:51	30,60	2:47:30	5:28	10	33:55	14	
Runde 3	1,70	18:28	10:51	10	5:44	49	6:16	32,30	3:05:58	5:45	10	39:39	14	
Letzte Runde Ziel	10,70	1:06:35	6:13	12	25:30	58	28:12	43,00	4:12:33	5:52	10	1:05:09	48	1:23:32