



7. Schlaubetal-Marathon  
Eisenhüttenstadt / 19.10.2013

Detailauswertung

Heßland, Ralf

Verein: Friedrichroda  
Startnummer: 608

Strecke: 43,00 km  
Cross-Marathon

Kategorie:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 4:47:24

Geschwindigkeit: 8,98 km/h  
Laufleistung: 6:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 81 (von 105)  
Strecken-Platzierung/Männer: 64 (von 82)  
Bestzeit der Strecke: 2:49:01

Kategorie-Platzierung: 12(von 14)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:09:38

| 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               | 1:12:40    | 6:15         | 12         | 24:46        | 71           | 28:43          | 11,60         | 1:12:40     | 6:15          | 12         | 23:13        | 39           | 11:38          |
| Runde 2          | 19,00               | 2:06:43    | 6:40         | 11         | 43:45        | 64           | 52:14          | 30,60         | 3:19:23     | 6:30          | 12         | 1:06:58      | 38           | 26:36          |
| Runde 3          | 1,70                | 21:05      | 12:24        | 13         | 7:13         | 67           | 8:53           | 32,30         | 3:40:28     | 6:49          | 12         | 1:14:11      | 38           | 29:13          |
| Letzte Runde Zie | 10,70               | 1:06:56    | 6:15         | 13         | 23:35        | 60           | 28:33          | 43,00         | 4:47:24     | 6:41          | 12         | 1:37:46      | 64           | 1:58:23        |