



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