



13. Untertage-Sparkassen-Marathon  
Brügman- Schacht, Sondershausen / 15.11.2014

Detailauswertung

Lenfort, Stefan

Verein: SC Nordwalde  
Startnummer: 280

Strecke: 42,18 km  
Marathon

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 3:58:35

Geschwindigkeit: 10,61 km/h  
Laufleistung: 5:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 37 (von 272)  
Strecken-Platzierung/Männer: 36 (von 245)  
Bestzeit der Strecke: 3:07:01

Kategorie-Platzierung: 9(von 51)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:34:54

Zwischenzeiten				Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
Kontrolle	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	3,47	17:28	5:02	10	2:56	45	3:42	3,47	17:28	5:02	36		42	
Runde	3,47	18:26	5:18	15	3:24	57	3:45	6,94	35:54	5:10	36		42	
Runde	3,47	18:50	5:25	17	3:21	58	3:53	10,41	54:44	5:15	36		39	
Runde	3,47	19:07	5:30	13	3:09	53	3:30	13,88	1:13:51	5:19	36		41	
Runde	3,47	19:40	5:40	17	2:58	57	4:05	17,35	1:33:31	5:23	36		40	
Runde	3,47	20:04	5:46	15	2:55	54	4:36	20,82	1:53:35	5:27	36		40	
Runde	3,47	20:51	6:00	13	2:52	53	5:18	24,29	2:14:26	5:32	36		40	
Runde	3,47	20:13	5:49	6	1:47	30	4:05	27,76	2:34:39	5:34	36		40	
Runde	3,47	20:30	5:54	5	1:19	28	4:28	31,23	2:55:09	5:36	36		39	36:19
Runde	3,47	20:54	6:01	5	1:28	26	4:48	34,70	3:16:03	5:38	34		36	41:07
Runde	3,47	21:23	6:09	5	1:57	25	5:31	38,17	3:37:26	5:41	34		36	46:38
Runde	3,97	21:09	5:19	6	3:10	35	20:52	42,18	3:58:35	5:39	10	23:41	39	2:29:22