



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

Detailauswertung

Friese, Ralf

Verein: SC Delphin Ingolstadt  
Startnummer: 96

Strecke: 42,18 km  
Marathon

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 4:18:15

Geschwindigkeit: 9,76 km/h  
Laufleistung: 6:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 64 (von 272)  
Strecken-Platzierung/Männer: 60 (von 245)  
Bestzeit der Strecke: 3:07:01

Kategorie-Platzierung: 15(von 51)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:34:54

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	3,47	17:58	5:10	11	3:26	57	4:12	3,47	17:58	5:10	42		68	
Runde	3,47	18:21	5:17	13	3:19	55	3:40	6,94	36:19	5:13	42		68	
Runde	3,47	18:49	5:25	16	3:20	56	3:52	10,41	55:08	5:17	42		68	
Runde	3,47	19:12	5:31	14	3:14	57	3:35	13,88	1:14:20	5:21	42		67	
Runde	3,47	19:29	5:36	14	2:47	53	3:54	17,35	1:33:49	5:24	42		63	
Runde	3,47	19:54	5:44	13	2:45	51	4:26	20,82	1:53:43	5:27	42		66	
Runde	3,47	20:58	6:02	16	2:59	57	5:25	24,29	2:14:41	5:32	42		66	
Runde	3,47	22:02	6:20	15	3:36	60	5:54	27,76	2:36:43	5:38	42		66	
Runde	3,47	23:35	6:47	16	4:24	73	7:33	31,23	3:00:18	5:46	42		65	41:28
Runde	3,47	25:30	7:20	23	6:04	106	9:24	34,70	3:25:48	5:55	40		60	50:52
Runde	3,47	26:53	7:44	25	7:27	120	11:01	38,17	3:52:41	6:05	40		60	1:01:53
Runde	3,97	25:34	6:26	20	7:35	106	25:17	42,18	4:18:15	6:07	16	43:21	63	2:49:02