



7. Unter-Tage Sparkassen Marathon  
 Bürgman- Schacht, Sondershausen / 06.12.2008

evaluación detallada

Rudolf, Bernhard

Asociación: Jena  
 Dorsal: 50

recorrido: 42.20 km  
 Marathon

categoría:  
 Männer M20

tiempo total: 4:48:11

velocidad: 8.79 km/h  
 rendimiento en carrera: 6:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 141 (de 305)  
 posición en el recorrido/Men: 136 (de 279)  
 mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 10(de 18)  
 mejor tiempo en la categoría: 3:42:16

tiempos parciales

stage score

Total score

| control  | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                |                            | Total score |                 |                 |                       |                |                            |     |         |
|----------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|----------------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|----------------------------|-----|---------|
|          |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>retraso<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>retraso<br>Men |     |         |
| 1. Runde | 10.55       | 1:06:04         | 6:15            | 17                    | 20:14          | 183                        | 23:04       | 10.55           | 1:06:04         | 6:15                  | 7              | 9:11                       | 152 | 14:25   |
| 2. Runde | 10.55       | 1:11:20         | 6:45            | 15                    | 18:23          | 176                        | 25:02       | 21.10           | 2:17:24         | 6:30                  | 7              | 18:57                      | 151 | 38:38   |
| 3. Runde | 10.55       | 1:12:20         | 6:51            | 9                     | 17:01          | 115                        | 23:22       | 31.65           | 3:29:44         | 6:37                  | 11             | 7:52                       | 139 | 59:40   |
| Ziel     | 10.55       | 1:18:27         | 7:26            | 9                     | 1:17:55        | 114                        | 1:17:55     | 42.20           | 4:48:11         | 6:49                  | 13             | 3:18:28                    | 153 | 3:18:28 |