



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

evaluación detallada

Lüder, Steffen

Asociación: LC Ron-Hill Berlin  
 Dorsal: 222

recorrido: 42.20 km  
 Marathon

categoría:  
 Männer M40

tiempo total: 4:53:27

velocidad: 8.63 km/h  
 rendimiento en carrera: 6:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 159 (de 305)  
 posición en el recorrido/Men: 154 (de 279)  
 mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 44(de 71)  
 mejor tiempo en la categoría: 3:26:46

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso min	retraso Men	retraso Men	km	tiempo	min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
1. Runde	10.55	1:05:50	6:14	50	21:37	176	22:50	10.55	1:05:50	6:14	7	170	14:11	
2. Runde	10.55	1:17:16	7:19	65	27:05	233	30:58	21.10	2:23:06	6:46	7	6:50	169	44:20
3. Runde	10.55	1:16:53	7:17	46	23:38	161	27:55	31.65	3:39:59	6:57	8	7:11	157	1:09:55
Ziel	10.55	1:13:28	6:57	25	1:12:48	82	1:12:56	42.20	4:53:27	6:57	48	1:38:20	171	3:23:44