



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

evaluación detallada

**Gruß, Ralf**

Asociación: Steuden  
 Dorsal: 129

recorrido: 21.10 km  
 Halbmarathon

categoría:  
 Männer M45

tiempo total: 2:48:13

velocidad: 7.49 km/h  
 rendimiento en carrera: 7:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 48 (de 63)  
 posición en el recorrido/Men: 38 (de 49)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:47:01

posición en la categoría: 7(de 10)  
 mejor tiempo en la categoría: 2:02:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
1. Runde	10.55	1:16:36	7:15	7	17:41	35	27:43	10.55	1:16:36	7:15	7	15:52	13	
Ziel	10.55	1:31:37	8:41	7	29:25	39	36:45	21.10	2:48:13	7:58	7	45:17	38	1:01:12