



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

evaluación detallada

Aust, Frank

Asociación: Die Otternasen
Dorsal: 8

recorrido: 42.20 km
Marathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 3:58:58

velocidad: 10.55 km/h
rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 292)
posición en el recorrido/Men: 35 (de 267)
mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 11(de 64)
mejor tiempo en la categoría: 3:25:37

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso min	retraso seg	retraso seg	km	tiempo	min/km	posición	retraso min	retraso seg	retraso seg	
vuelta 1	12.50	1:08:53	5:30	10	14:11	49	15:01	12.50	1:08:53	5:30	44	30	0:38	
vuelta 2	10.55	59:49	5:40	13	10:13	49	12:03	23.05	2:08:42	5:35	42	36		
vuelta 3	10.55	1:02:07	5:53	11	6:17	38	13:48	33.60	3:10:49	5:40	36	30	37:52	
última vuelta me	8.60	48:09	5:35	11	7:30	30	11:29	42.20	3:58:58	5:39	14	2:55:41	47	2:55:41