



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

evaluación detallada

Prangenberg, Frank

Asociación: Rheinhöhenlauf
Dorsal: 271

recorrido: 42.20 km
Marathon

categoría:
Männer M35

tiempo total: 4:21:30

velocidad: 9.64 km/h
rendimiento en carrera: 6:12 min/km

posición en el recorrido/Total: 76 (de 292)
posición en el recorrido/Men: 74 (de 267)
mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 15(de 50)
mejor tiempo en la categoría: 3:22:06

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	1:13:16	5:51	21	16:26	100	19:24	12.50	1:13:16	5:51	39	72	5:01	
vuelta 2	10.55	1:02:59	5:58	15	13:41	74	15:13	23.05	2:16:15	5:54	39	77	4:37	
vuelta 3	10.55	1:08:59	6:32	14	15:35	78	20:40	33.60	3:25:14	6:06	38	68	52:17	
última vuelta me	8.60	56:16	6:32	20	14:40	99	19:36	42.20	4:21:30	6:11	16	59:24	89	3:18:13