



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon  
 Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

evaluación detallada

Steinicke, Thomas

Asociación: SGW 05 Berlin  
 Dorsal: 374

recorrido: 42.20 km  
 Marathon

categoría:  
 Männer M45

tiempo total: 4:30:20

velocidad: 9.32 km/h  
 rendimiento en carrera: 6:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 104 (de 292)  
 posición en el recorrido/Men: 100 (de 267)  
 mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 18(de 57)  
 mejor tiempo en la categoría: 3:37:52

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km					
			retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso		
			Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men		
vuelta 1	12.50	1:20:02	6:24	37	20:37	182	26:10	12.50	1:20:02	6:24	49	0:28	99	11:47
vuelta 2	10.55	1:10:14	6:39	33	15:14	166	22:28	23.05	2:30:16	6:31	48	0:29	104	18:38
vuelta 3	10.55	1:08:24	6:29	14	20:05	72	20:05	33.60	3:38:40	6:30	43		94	1:05:43
última vuelta me	8.60	51:40	6:00	8	9:00	52	15:00	42.20	4:30:20	6:24	22	1:19:19	116	3:27:03