



## 8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

### evaluación detallada

**Lüder, Steffen**

Asociación: LC Ron Hill Berlin  
Dorsal: 202

recorrido: 42.20 km  
Marathon

categoría:  
Männer M40

tiempo total: 4:32:18

velocidad: 9.25 km/h  
rendimiento en carrera: 6:27 min/km

posición en el recorrido/Total: 108 (de 292)  
posición en el recorrido/Men: 104 (de 267)  
mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 27(de 64)  
mejor tiempo en la categoría: 3:25:37

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa		etapa		etapa		retraso		retraso		Total		Total		Total		retraso		retraso			
	km	tiempo	min/km	posición categoría	posición categoría	Men	Men	km	tiempo	min/km	posición categoría	posición categoría	Men	Men	km	tiempo	min/km	posición categoría	posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	12.50	1:15:29	6:02	34	20:47	129	21:37	12.50	1:15:29	6:02	61	0:30	46	7:14								
vuelta 2	10.55	1:06:53	6:20	31	17:17	122	19:07	23.05	2:22:22	6:10	49		108	10:44								
vuelta 3	10.55	1:12:49	6:54	32	16:59	116	24:30	33.60	3:35:11	6:24	44		98	1:02:14								
última vuelta me	8.60	57:07	6:38	28	16:28	108	20:27	42.20	4:32:18	6:27	31	3:29:01	120	3:29:01								