



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

evaluación detallada

Vlassak, Wilbert

Asociación: Loopgroep Cranendonck
Dorsal: 395

recorrido: 42.20 km
Marathon

categoría:
Männer M30

tiempo total: 4:34:58

velocidad: 9.16 km/h
rendimiento en carrera: 6:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 116 (de 292)
posición en el recorrido/Men: 111 (de 267)
mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 15(de 24)
mejor tiempo en la categoría: 3:33:12

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					
vuelta 1	12.50	1:18:48	6:18	20	20:15	168	24:56	12.50	1:18:48	6:18	9	6:44	110	10:33
vuelta 2	10.55	1:04:34	6:07	13	13:13	96	16:48	23.05	2:23:22	6:13	9	6:44	115	11:44
vuelta 3	10.55	1:12:08	6:50	14	15:59	105	23:49	33.60	3:35:30	6:24	8	6:02	104	1:02:33
última vuelta me	8.60	59:28	6:54	17	14:19	132	22:48	42.20	4:34:58	6:30	17	1:30:27	127	3:31:41