



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

evaluación detallada

Nentwich, Rolf

Asociación: Lübbecker Berglöwen
 Dorsal: 234

recorrido: 42.20 km
 Marathon

categoría:
 Männer M40

tiempo total: 4:36:13

velocidad: 9.17 km/h
 rendimiento en carrera: 6:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 124 (de 292)

posición en el recorrido/Men: 119 (de 267)

mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 30(de 64)

mejor tiempo en la categoría: 3:25:37

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
vuelta 1	12.50	1:08:54	5:30	11	14:12	51	15:02	12.50	1:08:54	5:30	2	11	0:39
vuelta 2	10.55	1:01:59	5:52	17	12:23	68	14:13	23.05	2:10:53	5:40	2	123	
vuelta 3	10.55	1:09:47	6:36	24	13:57	85	21:28	33.60	3:20:40	5:58	2	112	47:43
última vuelta me	8.60	1:15:33	8:47	59	34:54	236	38:53	42.20	4:36:13	6:32	34	3:32:56	135 3:32:56