



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

evaluación detallada

Björn, Heiko

Asociación: Magdeburger -Laufkultur 08
Dorsal: 31

recorrido: 42.20 km
Marathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 4:41:26

velocidad: 8.95 km/h
rendimiento en carrera: 6:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 143 (de 292)
posición en el recorrido/Men: 136 (de 267)
mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 35(de 64)
mejor tiempo en la categoría: 3:25:37

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	1:17:50	6:13	41	23:08	161	23:58	12.50	1:17:50	6:13	7	2:51	135	9:35
vuelta 2	10.55	1:10:11	6:39	42	20:35	165	22:25	23.05	2:28:01	6:25	7	2:13	140	16:23
vuelta 3	10.55	1:15:52	7:11	37	20:02	144	27:33	33.60	3:43:53	6:39	7		129	1:10:56
última vuelta me	8.60	57:33	6:41	29	16:54	112	20:53	42.20	4:41:26	6:40	39	3:38:09	152	3:38:09