



## 8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

### evaluación detallada

**Raulf, Martin**

Asociación: Stolpertruppe Winsen  
Dorsal: 281

recorrido: 42.20 km  
Marathon

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 4:51:46

velocidad: 8.64 km/h  
rendimiento en carrera: 6:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 180 (de 292)  
posición en el recorrido/Men: 168 (de 267)  
mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 35(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 min	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso min	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	12.50	1:21:24	6:30	39	21:59	197	27:32	12.50	1:21:24	6:30	11	1:50	166	13:09
vuelta 2	10.55	1:11:14	6:45	36	16:14	178	23:28	23.05	2:32:38	6:37	11	2:51	172	21:00
vuelta 3	10.55	1:16:32	7:15	33	28:13	153	28:13	33.60	3:49:10	6:49	11		160	1:16:13
última vuelta me	8.60	1:02:36	7:16	33	19:56	157	25:56	42.20	4:51:46	6:54	39	1:40:45	184	3:48:29