



## 8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

### evaluación detallada

**Podewils, Thomas**

Asociación: Berlin

Dorsal: 267

recorrido: 42.20 km

Marathon

categoría:

Männer M45

tiempo total: 5:11:48

velocidad: 8.08 km/h

rendimiento en carrera: 7:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 219 (de 292)

posición en el recorrido/Men: 205 (de 267)

mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 42(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 km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
vuelta 1	12.50	1:22:49	6:37	42	23:24	209	28:57	12.50	1:22:49	6:37	18	3:15	204	14:34
vuelta 2	10.55	1:11:28	6:46	38	16:28	182	23:42	23.05	2:34:17	6:41	18	4:30	210	22:39
vuelta 3	10.55	1:26:34	8:12	45	38:15	212	38:15	33.60	4:00:51	7:10	51	10:25	241	1:27:54
última vuelta me	8.60	1:10:57	8:15	45	28:17	210	34:17	42.20	5:11:48	7:23	46	2:00:47	222	4:08:31