



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

evaluación detallada

Denker, Ulf

Asociación: www.laufendfit.eu Wardenburg
Dorsal: 56

recorrido: 42.20 km
Marathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 5:36:16

velocidad: 7.49 km/h
rendimiento en carrera: 7:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 252 (de 292)
posición en el recorrido/Men: 234 (de 267)
mejor tiempo del recorrido: 3:13:29

posición en la categoría: 47(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 seg	retraso seg	km	tiempo	min/km					
vuelta 1	12.50	1:32:43	7:25	55	33:18	256	38:51	12.50	1:32:43	7:25	23	13:09	233	24:28
vuelta 2	10.55	1:18:56	7:28	50	23:56	235	31:10	23.05	2:51:39	7:26	23	21:52	239	40:01
vuelta 3	10.55	1:29:05	8:26	46	40:46	221	40:46	33.60	4:20:44	7:45	18	30:18	208	1:47:47
última vuelta me	8.60	1:15:32	8:46	48	32:52	235	38:52	42.20	5:36:16	7:58	51	2:25:15	251	4:32:59