



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

evaluación detallada

Siefken, Stefan

Asociación: www.wardenburger-sommerlauf.de  
 Dorsal: 359

recorrido: 21.10 km  
 Halbmarathon

categoría:  
 Männer M40

tiempo total: 2:33:44

velocidad: 8.20 km/h  
 rendimiento en carrera: 7:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 41 (de 61)  
 posición en el recorrido/Men: 38 (de 50)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:46:02

posición en la categoría: 9(de 11)  
 mejor tiempo en la categoría: 1:59:16

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	12.50	1:32:45	7:25	9	21:40	42	12.50	1:32:45	7:25	9	21:40	13	
última vuelta me	8.60	1:00:59	7:05	7	12:48	32	21.10	2:33:44	7:17	9	34:28	38	47:42