



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

STEINER, Manfred

Asociación: ALC Wels
Dorsal: 357

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 3:57:53

velocidad: 10.59 km/h
rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 39 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 39 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 5(de 50)
mejor tiempo en la categoría: 3:39:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
vuelta 1	5.27	27:28	5:12	9	4:05	52	5:06	5.27	27:28	5:12	31	47		
vuelta 2	5.27	27:30	5:13	9	2:53	43	4:04	10.54	54:58	5:12	25	45		
vuelta 3	5.27	28:44	5:27	9	3:23	59	5:06	15.81	1:23:42	5:17	30	42		
vuelta 4	5.27	29:22	5:34	8	2:32	51	4:44	21.08	1:53:04	5:21	31	41		
vuelta 5	5.27	30:20	5:45	5	2:42	51	5:01	26.35	2:23:24	5:26	28	36	20:35	
vuelta 6	5.27	31:57	6:03	11	3:45	58	6:06	31.62	2:55:21	5:32	30	39	26:35	
vuelta 7	5.27	31:45	6:01	5	3:34	35	5:38	36.89	3:27:06	5:36	28	32	32:13	
última vuelta Zie	5.27	30:47	5:50	3	2:24	23	5:04	42.16	3:57:53	5:38	6	2:37:07	48	3:31:06