



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

AUST, Frank

Asociación: Die Otternasen
Dorsal: 6

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 4:10:02

velocidad: 10.08 km/h
rendimiento en carrera: 5:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 61 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 59 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 14(de 55)
mejor tiempo en la categoría: 3:28:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	5.27	28:53	5:28	14	5:40	75	6:31	5.27	28:53	5:28	44	69		
vuelta 2	5.27	28:54	5:29	16	4:24	72	5:28	10.54	57:47	5:28	41	64		
vuelta 3	5.27	29:27	5:35	17	4:50	72	5:49	15.81	1:27:14	5:31	28	64		
vuelta 4	5.27	30:44	5:49	16	5:43	76	6:06	21.08	1:57:58	5:35	39	60		
vuelta 5	5.27	30:56	5:52	14	4:38	63	5:37	26.35	2:28:54	5:39	40	57	26:05	
vuelta 6	5.27	32:23	6:08	15	4:48	67	6:32	31.62	3:01:17	5:43	53	232	32:31	
vuelta 7	5.27	34:31	6:32	15	6:00	66	8:24	36.89	3:35:48	5:50	25	53	40:55	
última vuelta Zie	5.27	34:14	6:29	15	6:36	66	8:31	42.16	4:10:02	5:55	16	2:32:49	69	3:43:15