



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

STEINERT, Steffen

Asociación: Lunzenau

Dorsal: 359

recorrido: 42.16 km

Marathon

categoría:

Männer M45

tiempo total: 4:17:20

velocidad: 9.83 km/h

rendimiento en carrera: 6:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 79 (de 289)

posición en el recorrido/Men: 75 (de 261)

mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 17(de 50)

mejor tiempo en la categoría: 3:39:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retrasoposisió categorí	retraso categorí	Men	Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retrasoposisió categorí	retraso categorí	Men	Men
vuelta 1	5.27	30:22	5:45	19	6:59	101	8:00	5.27	30:22	5:45	43		40	
vuelta 2	5.27	30:00	5:41	15	5:23	92	6:34	10.54	1:00:22	5:43	38		202	
vuelta 3	5.27	30:18	5:44	13	4:57	85	6:40	15.81	1:30:40	5:44	42		80	
vuelta 4	5.27	31:51	6:02	19	5:01	98	7:13	21.08	2:02:31	5:48	34		72	
vuelta 5	5.27	33:35	6:22	21	5:57	112	8:16	26.35	2:36:06	5:55	40		73	33:17
vuelta 6	5.27	33:56	6:26	16	5:44	85	8:05	31.62	3:10:02	6:00	49		245	41:16
vuelta 7	5.27	34:26	6:32	15	6:15	64	8:19	36.89	3:44:28	6:05	40		69	49:35
última vuelta Zie	5.27	32:52	6:14	8	4:29	48	7:09	42.16	4:17:20	6:06	18	2:56:34	85	3:50:33