



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

LAUCHSTEDT, Jörg

Asociación: Jena
Dorsal: 129

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M30

tiempo total: 4:24:59

velocidad: 9.51 km/h
rendimiento en carrera: 6:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 96 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 92 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 18(de 31)
mejor tiempo en la categoría: 3:22:43

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	27:08	5:08	12	3:31	40	4:46	5.27	27:08	5:08	15	102		
vuelta 2	5.27	27:40	5:14	12	3:07	46	4:14	10.54	54:48	5:11	12	86		
vuelta 3	5.27	29:42	5:38	16	5:24	76	6:04	15.81	1:24:30	5:20	15	97		
vuelta 4	5.27	31:32	5:59	18	6:53	92	6:54	21.08	1:56:02	5:30	13	1:38	85	
vuelta 5	5.27	32:53	6:14	16	7:27	92	7:34	26.35	2:28:55	5:39	13	3:08	90	26:06
vuelta 6	5.27	35:11	6:40	18	9:20	110	9:20	31.62	3:04:06	5:49	30	26:05	238	35:20
vuelta 7	5.27	39:11	7:26	20	13:00	138	13:04	36.89	3:43:17	6:03	12	3:07	86	48:24
última vuelta Zie	5.27	41:42	7:54	22	15:38	163	15:59	42.16	4:24:59	6:17	18	1:02:16	102	3:58:12