



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

LIESEGANG, Stefan

Asociación: LA Fortuna Düsseldorf
Dorsal: 207

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 4:44:30

velocidad: 8.86 km/h
rendimiento en carrera: 6:45 min/km

posición en el recorrido/Total: 153 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 147 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 28(de 50)
mejor tiempo en la categoría: 3:39:13

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	34:07	6:28	43	10:44	192	11:45	5.27	34:07	6:28	4	2:27	157
vuelta 2	5.27	33:31	6:21	35	8:54	180	10:05	10.54	1:07:38	6:25	5	2:56	124
vuelta 3	5.27	34:05	6:28	33	8:44	178	10:27	15.81	1:41:43	6:26	4	1:03	152
vuelta 4	5.27	34:26	6:32	32	7:36	166	9:48	21.08	2:16:09	6:27	4		120 4:29
vuelta 5	5.27	35:09	6:40	28	7:31	149	9:50	26.35	2:51:18	6:30	5		145 48:29
vuelta 6	5.27	35:36	6:45	23	7:24	117	9:45	31.62	3:26:54	6:32	4		131 58:08
vuelta 7	5.27	37:27	7:06	25	9:16	103	11:20	36.89	4:04:21	6:37	48		241 1:09:28
última vuelta Zie	5.27	40:09	7:37	29	11:46	139	14:26	42.16	4:44:30	6:44	29	3:23:44	157 4:17:43