



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

IBRON, Alexander

Asociación: CaBa`s CaBaNauTeN
Dorsal: 138

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 5:28:18

velocidad: 7.68 km/h
rendimiento en carrera: 7:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 243 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 223 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 50(de 55)
mejor tiempo en la categoría: 3:28:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	5.27	37:30	7:06	53	14:17	241	5.27	37:30	7:06	25	4:03	234	
vuelta 2	5.27	36:03	6:50	50	11:33	223	10.54	1:13:33	6:58	20	5:00	36	
vuelta 3	5.27	37:26	7:06	52	12:49	226	15.81	1:50:59	7:01	24	20:47	224	
vuelta 4	5.27	38:48	7:21	49	13:47	220	21.08	2:29:47	7:06	22	6:10	182	18:07
vuelta 5	5.27	38:39	7:20	47	12:21	208	26.35	3:08:26	7:09	53	13:47	249	1:05:37
vuelta 6	5.27	42:49	8:07	47	15:14	211	31.62	3:51:15	7:18	24	32:04	208	1:22:29
vuelta 7	5.27	46:25	8:48	49	17:54	215	36.89	4:37:40	7:31	22	27:10	200	1:42:47
última vuelta Zie	5.27	50:38	9:36	49	23:00	233	42.16	5:28:18	7:47	52	3:51:05	234	5:01:31