



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

HJELM, Torben

Asociación: Sandby Road Runners
Dorsal: 142

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M55

tiempo total: 5:29:24

velocidad: 7.68 km/h
rendimiento en carrera: 7:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 245 (de 289)

posición en el recorrido/Men: 225 (de 261)

mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 16(de 21)

mejor tiempo en la categoría: 4:02:33

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso categoría	retraso categoría	Men	Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	Men	Men
vuelta 1	5.27	35:31	6:44	15	9:28	212	13:09	5.27	35:31	6:44	7	4:08	235	
vuelta 2	5.27	36:56	7:00	16	9:42	233	13:30	10.54	1:12:27	6:52	6	18:47	170	
vuelta 3	5.27	37:28	7:06	16	9:00	229	13:50	15.81	1:49:55	6:57	7	14:27	230	
vuelta 4	5.27	39:25	7:28	16	10:12	231	14:47	21.08	2:29:20	7:05	7	19:40	188	17:40
vuelta 5	5.27	41:17	7:50	16	11:27	228	15:58	26.35	3:10:37	7:14	7	23:37	209	1:07:48
vuelta 6	5.27	43:55	8:20	16	12:03	219	18:04	31.62	3:54:32	7:25	5	27:58	209	1:25:46
vuelta 7	5.27	48:39	9:13	17	14:40	231	22:32	36.89	4:43:11	7:40	7	1:07:36	201	1:48:18
última vuelta Zie	5.27	46:13	8:46	15	11:30	206	20:30	42.16	5:29:24	7:48	16	1:26:51	236	5:02:37