



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

GRUBE, Frank

Asociación: TuS Hilstrup

Dorsal: 99

recorrido: 42.16 km

Marathon

categoría:

Männer M40

tiempo total: 6:01:18

velocidad: 7.00 km/h

rendimiento en carrera: 8:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 275 (de 289)

posición en el recorrido/Men: 249 (de 261)

mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 53(de 55)

mejor tiempo en la categoría: 3:28:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				categoría	categoría	Men	Men
vuelta 1	5.27	38:19	7:16	54	15:06	250	15:57	5.27	38:19	7:16	28	4:52	259	
vuelta 2	5.27	39:41	7:31	53	15:11	254	16:15	10.54	1:18:00	7:24	22	9:27	192	
vuelta 3	5.27	40:41	7:43	53	16:04	251	17:03	15.81	1:58:41	7:30	27	28:29	253	2:35
vuelta 4	5.27	43:31	8:15	52	18:30	252	18:53	21.08	2:42:12	7:41	25	18:35	212	30:32
vuelta 5	5.27	45:17	8:35	53	18:59	247	19:58	26.35	3:27:29	7:52	26	32:50	233	1:24:40
vuelta 6	5.27	48:48	9:15	53	21:13	248	22:57	31.62	4:16:17	8:06	27	57:06	227	1:47:31
vuelta 7	5.27	50:30	9:34	53	21:59	244	24:23	36.89	5:06:47	8:18	24	56:17	222	2:11:54
última vuelta Zie	5.27	54:31	10:20	52	26:53	245	28:48	42.16	6:01:18	8:34	55	4:24:05	260	5:34:31