



4. Schlaubetal-Marathon
Eisenhüttenstadt / 23.10.2010

evaluación detallada

Lüders, Niels-Olaf

Asociación: Storkow
Dorsal: 318

recorrido: 21.10 km
Cross-Halbmarathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 2:11:38

velocidad: 9.62 km/h
rendimiento en carrera: 6:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 103 (de 127)
posición en el recorrido/Men: 88 (de 101)
mejor tiempo del recorrido: 1:22:06

posición en la categoría: 20(de 22)
mejor tiempo en la categoría: 1:34:02

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	10.60	1:04:10	6:03	18	16:38	85	22:00	10.60	1:04:10	6:03	3	8:47	26	7:52
última vuelta me	10.50	1:07:28	6:25	20	20:58	87	27:32	21.10	2:11:38	6:14	20	37:36	88	49:32