



4. Schlaubetal-Marathon  
Eisenhüttenstadt / 23.10.2010

evaluación detallada

Stegemann, Carsten

Asociación: STG Lichtenberg-Pagram  
Dorsal: 672

recorrido: 42.19 km  
Marathon

categoría:  
Männer M40

tiempo total: 3:50:13

velocidad: 11.00 km/h  
rendimiento en carrera: 5:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 99)  
posición en el recorrido/Men: 35 (de 82)  
mejor tiempo del recorrido: 2:57:08

posición en la categoría: 11(de 19)  
mejor tiempo en la categoría: 3:10:05

tiempos parciales

stage score

Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | retraso        |                       |     | Total |        |         |                       |     |                |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------|-----------------------|-----|-------|--------|---------|-----------------------|-----|----------------|
|                  |             |                 |                        | retraso<br>min | posición<br>categoría | Men | km    | tiempo | min/km  | posición<br>categoría | Men |                |
| vuelta 1         | 11.60       | 57:04           | 4:55                   | 9              | 7:34                  | 23  | 10:19 | 11.60  | 57:04   | 4:55                  | 10  | 70             |
| vuelta 2         | 18.40       | 1:35:54         | 5:12                   | 10             | 13:50                 | 24  | 17:34 | 30.00  | 2:32:58 | 5:05                  | 10  | 69             |
| vuelta 3         | 3.50        | 18:20           | 5:14                   | 15             | 5:32                  | 55  | 6:12  | 33.50  | 2:51:18 | 5:06                  | 10  | 70             |
| última vuelta me | 8.69        | 58:55           | 6:46                   | 13             | 18:07                 | 47  | 19:00 | 42.19  | 3:50:13 | 5:27                  | 11  | 40:08 35 53:05 |