



# 9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

## evaluación detallada

**BJÖRN, Heiko**

Asociación: Magdeburger-Laufkultur 08  
Dorsal: 23

recorrido: 42.16 km  
Marathon

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 4:29:16

velocidad: 9.36 km/h  
rendimiento en carrera: 6:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 105 (de 289)  
posición en el recorrido/Men: 101 (de 261)  
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 21(de 50)  
mejor tiempo en la categoría: 3:39:13

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
vuelta 1	5.27	33:44	6:24	39	10:21	184	11:22	5.27	33:44	6:24	47	2:04	111	
vuelta 2	5.27	35:10	6:40	42	10:33	204	11:44	10.54	1:08:54	6:32	2	4:12	92	
vuelta 3	5.27	36:31	6:55	41	11:10	212	12:53	15.81	1:45:25	6:40	46	4:45	106	
vuelta 4	5.27	37:52	7:11	45	11:02	214	13:14	21.08	2:23:17	6:47	39	6:14	93	11:37
vuelta 5	5.27	30:25	5:46	7	2:47	53	5:06	26.35	2:53:42	6:35	44		99	50:53
vuelta 6	5.27	30:22	5:45	4	2:10	38	4:31	31.62	3:24:04	6:27	39		86	55:18
vuelta 7	5.27	32:34	6:10	8	4:23	45	6:27	36.89	3:56:38	6:24	44		95	1:01:45
última vuelta Zie	5.27	32:38	6:11	6	4:15	43	6:55	42.16	4:29:16	6:23	22	3:08:30	111	4:02:29