



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon
Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

STEINER, Danniell

Asociación: Marathon4you.de
Dorsal: 358

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 4:34:31

velocidad: 9.18 km/h
rendimiento en carrera: 6:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 124 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 120 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 23(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 categoría	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men		
vuelta 1	5.27	31:34	5:59	27	8:11	132	9:12	5.27	31:34	5:59	49	130		
vuelta 2	5.27	32:28	6:09	30	7:51	157	9:02	10.54	1:04:02	6:04	44	224		
vuelta 3	5.27	34:38	6:34	35	9:17	183	11:00	15.81	1:38:40	6:14	48	113		
vuelta 4	5.27	35:01	6:38	34	8:11	172	10:23	21.08	2:13:41	6:20	2	104	2:01	
vuelta 5	5.27	35:01	6:38	27	7:23	144	9:42	26.35	2:48:42	6:24	46	118	45:53	
vuelta 6	5.27	34:17	6:30	20	6:05	96	8:26	31.62	3:22:59	6:25	41	104	54:13	
vuelta 7	5.27	36:34	6:56	20	8:23	95	10:27	36.89	3:59:33	6:29	37	114	1:04:40	
última vuelta Zie	5.27	34:58	6:38	15	6:35	72	9:15	42.16	4:34:31	6:30	24	3:13:45	129	4:07:44