



# 9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

## evaluación detallada

**LANZ, Stephan**

Asociación: London  
Dorsal: 197

recorrido: 42.16 km  
Marathon

categoría:  
Männer M30

tiempo total: 4:37:19

velocidad: 9.09 km/h  
rendimiento en carrera: 6:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 133 (de 289)  
posición en el recorrido/Men: 129 (de 261)  
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 20(de 31)  
mejor tiempo en la categoría: 3:22:43

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso categoría	stage score		Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	Total score			
					posición Men	retraso Men					posición Men	retraso Men		
vuelta 1	5.27	33:57	6:26	26	10:20	188	11:35	5.27	33:57	6:26	13	6:46	139	
vuelta 2	5.27	34:26	6:32	26	9:53	193	11:00	10.54	1:08:23	6:29	31	13:13	252	
vuelta 3	5.27	35:01	6:38	26	10:43	190	11:23	15.81	1:43:24	6:32	13	18:52	134	
vuelta 4	5.27	36:09	6:51	26	11:30	192	11:31	21.08	2:19:33	6:37	11	25:09	110	7:53
vuelta 5	5.27	33:50	6:25	20	8:24	119	8:31	26.35	2:53:23	6:34	11	27:36	127	50:34
vuelta 6	5.27	33:41	6:23	13	7:50	79	7:50	31.62	3:27:04	6:32	13	49:03	113	58:18
vuelta 7	5.27	35:08	6:40	12	8:57	78	9:01	36.89	4:02:12	6:33	30	22:02	239	1:07:19
última vuelta Zie	5.27	35:07	6:39	12	9:03	73	9:24	42.16	4:37:19	6:34	20	1:14:36	139	4:10:32