



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

LIEBESKIND, Heiko

Asociación: fit&run Weimar
Dorsal: 205

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 4:42:11

velocidad: 8.96 km/h
rendimiento en carrera: 6:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 149 (de 289)

posición en el recorrido/Men: 144 (de 261)

mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 26(de 50)

mejor tiempo en la categoría: 3:39:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	5.27	31:00	5:52	23	7:37	115	8:38	5.27	31:00	5:52	2	123		
vuelta 2	5.27	30:29	5:47	20	5:52	106	7:03	10.54	1:01:29	5:50	4	122		
vuelta 3	5.27	31:09	5:54	22	5:48	112	7:31	15.81	1:32:38	5:51	2	149		
vuelta 4	5.27	32:49	6:13	25	5:59	127	8:11	21.08	2:05:27	5:57	47	237		
vuelta 5	5.27	33:27	6:20	20	5:49	106	8:08	26.35	2:38:54	6:01	3	142	36:05	
vuelta 6	5.27	36:06	6:51	26	7:54	126	10:15	31.62	3:15:00	6:10	2	128	46:14	
vuelta 7	5.27	43:37	8:16	40	15:26	186	17:30	36.89	3:58:37	6:28	4	130	1:03:44	
última vuelta Zie	5.27	43:34	8:16	39	15:11	187	17:51	42.16	4:42:11	6:41	27	3:21:25	154	4:15:24