



# 9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

## evaluación detallada

**LOHKÄMPER, Jörg**

Asociación: Schalke 04  
Dorsal: 210

recorrido: 42.16 km  
Marathon

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 4:49:53

velocidad: 8.69 km/h  
rendimiento en carrera: 6:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 165 (de 289)  
posición en el recorrido/Men: 156 (de 261)  
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 32(de 50)  
mejor tiempo en la categoría: 3:39:13

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control           | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                |                 | Total score |                 |                 |                       |                |                 |         |         |
|-------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|---------|---------|
|                   |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men |         |         |
| vuelta 1          | 5.27        | 30:14           | 5:44            | 18                    | 6:51           | 98              | 7:52        | 5.27            | 30:14           | 5:44                  | 8              | 166             |         |         |
| vuelta 2          | 5.27        | 30:46           | 5:50            | 23                    | 6:09           | 117             | 7:20        | 10.54           | 1:01:00         | 5:47                  | 39             | 204             |         |         |
| vuelta 3          | 5.27        | 31:43           | 6:01            | 25                    | 6:22           | 127             | 8:05        | 15.81           | 1:32:43         | 5:51                  | 8              | 161             |         |         |
| vuelta 4          | 5.27        | 33:29           | 6:21            | 27                    | 6:39           | 146             | 8:51        | 21.08           | 2:06:12         | 5:59                  | 48             | 241             |         |         |
| vuelta 5          | 5.27        | 36:33           | 6:56            | 34                    | 8:55           | 173             | 11:14       | 26.35           | 2:42:45         | 6:10                  | 9              | 153             | 39:56   |         |
| vuelta 6          | 5.27        | 40:45           | 7:43            | 39                    | 12:33          | 196             | 14:54       | 31.62           | 3:23:30         | 6:26                  | 8              | 140             | 54:44   |         |
| vuelta 7          | 5.27        | 43:11           | 8:11            | 38                    | 15:00          | 181             | 17:04       | 36.89           | 4:06:41         | 6:41                  | 7              | 137             | 1:11:48 |         |
| última vuelta Zie | 5.27        | 43:12           | 8:11            | 36                    | 14:49          | 182             | 17:29       | 42.16           | 4:49:53         | 6:52                  | 33             | 3:29:07         | 167     | 4:23:06 |