



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

evaluación detallada

HELLMICH, Uwe

Asociación: LG Halbe Lunge Bärnin  
Dorsal: 113

recorrido: 42.16 km  
Marathon

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 4:50:18

velocidad: 8.68 km/h  
rendimiento en carrera: 6:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 169 (de 289)  
posición en el recorrido/Men: 159 (de 261)  
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 33(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	30:54	5:51	21	7:31	112	8:32	5.27	30:54	5:51	9	169		
vuelta 2	5.27	30:29	5:47	20	5:52	106	7:03	10.54	1:01:23	5:49	41	208		
vuelta 3	5.27	31:22	5:57	23	6:01	122	7:44	15.81	1:32:45	5:51	9	164		
vuelta 4	5.27	31:13	5:55	15	4:23	81	6:35	21.08	2:03:58	5:52	43	226		
vuelta 5	5.27	33:42	6:23	23	6:04	116	8:23	26.35	2:37:40	5:59	10	156	34:51	
vuelta 6	5.27	37:07	7:02	28	8:55	140	11:16	31.62	3:14:47	6:09	9	143	46:01	
vuelta 7	5.27	45:20	8:36	42	17:09	203	19:13	36.89	4:00:07	6:30	46	233	1:05:14	
última vuelta Zie	5.27	50:11	9:31	47	21:48	230	24:28	42.16	4:50:18	6:53	34	3:29:32	170	4:23:31