



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

PUCHERT, Alexander

Asociación: CaBa`s CaBaNauTeN
Dorsal: 282

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 4:52:36

velocidad: 8.65 km/h
rendimiento en carrera: 6:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 178 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 168 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 39(de 55)
mejor tiempo en la categoría: 3:28:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	
vuelta 1	5.27	34:07	6:28	42	10:54	192	11:45	5.27	34:07	6:28	14	0:40	157
vuelta 2	5.27	34:26	6:32	43	9:56	193	11:00	10.54	1:08:33	6:30	1	-	132
vuelta 3	5.27	33:49	6:25	39	9:12	173	10:11	15.81	1:42:22	6:28	13	12:10	173
vuelta 4	5.27	34:58	6:38	37	9:57	171	10:20	21.08	2:17:20	6:30	11		138 5:40
vuelta 5	5.27	37:19	7:04	43	11:01	186	12:00	26.35	2:54:39	6:37	1	-	165 51:50
vuelta 6	5.27	37:37	7:08	33	10:02	153	11:46	31.62	3:32:16	6:42	13	13:05	152 1:03:30
vuelta 7	5.27	39:05	7:24	32	10:34	136	12:58	36.89	4:11:21	6:48	12	0:51	147 1:16:28
última vuelta Zie	5.27	41:15	7:49	35	13:37	157	15:32	42.16	4:52:36	6:56	41	3:15:23	179 4:25:49