



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

MARQUARDT, Herbert

Asociación: 1.FC Rentweinsdorf
Dorsal: 218

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 5:03:07

velocidad: 8.35 km/h
rendimiento en carrera: 7:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 201 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 188 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

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

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men	
vuelta 1	5.27	36:52	6:59	48	13:29	234	5.27	36:52	6:59	15	5:12	198	
vuelta 2	5.27	35:44	6:46	44	11:07	215	10.54	1:12:36	6:53	12	7:54	144	
vuelta 3	5.27	35:54	6:48	38	10:33	202	15.81	1:48:30	6:51	15	7:50	193	
vuelta 4	5.27	36:19	6:53	37	9:29	194	21.08	2:24:49	6:52	13	7:46	155	13:09
vuelta 5	5.27	38:04	7:13	41	10:26	199	26.35	3:02:53	6:56	16	2:10	184	1:00:04
vuelta 6	5.27	41:26	7:51	40	13:14	200	31.62	3:44:19	7:05	15	5:35	172	1:15:33
vuelta 7	5.27	41:17	7:50	33	13:06	165	36.89	4:25:36	7:11	1	-	164	1:30:43
última vuelta Zie	5.27	37:31	7:07	25	9:08	116	42.16	5:03:07	7:11	40	3:42:21	199	4:36:20