



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

MEYER-CARLSTÄDT, Volker

Asociación: Warendorf
Dorsal: 229

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 5:08:02

velocidad: 8.18 km/h
rendimiento en carrera: 7:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 212 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 198 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 45(de 55)
mejor tiempo en la categoría: 3:28:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
vuelta 1	5.27	36:44	6:58	51	13:31	228	5.27	36:44	6:58	20	3:17	208	
vuelta 2	5.27	37:32	7:07	52	13:02	238	10.54	1:14:16	7:02	17	5:43	149	
vuelta 3	5.27	36:04	6:50	48	11:27	208	15.81	1:50:20	6:58	19	20:08	203	
vuelta 4	5.27	37:06	7:02	46	12:05	203	21.08	2:27:26	6:59	17	3:49	164	15:46
vuelta 5	5.27	36:57	7:00	41	10:39	178	26.35	3:04:23	6:59	52	9:44	246	1:01:34
vuelta 6	5.27	38:41	7:20	40	11:06	174	31.62	3:43:04	7:03	19	23:53	182	1:14:18
vuelta 7	5.27	41:46	7:55	39	13:15	171	36.89	4:24:50	7:10	17	14:20	174	1:29:57
última vuelta Zie	5.27	43:12	8:11	41	15:34	182	42.16	5:08:02	7:18	47	3:30:49	209	4:41:15