



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

HEß, Christian

Asociación: Oldenburg
Dorsal: 118

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M30

tiempo total: 5:20:02

velocidad: 7.87 km/h
rendimiento en carrera: 7:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 233 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 215 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 27(de 31)
mejor tiempo en la categoría: 3:22:43

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	32:05	6:05	24	8:28	145	5.27	32:05	6:05	5	4:54	225
vuelta 2	5.27	32:05	6:05	23	7:32	148	10.54	1:04:10	6:05	30	9:00	226
vuelta 3	5.27	32:49	6:13	22	8:31	152	15.81	1:36:59	6:08	5	12:27	220
vuelta 4	5.27	37:18	7:04	27	12:39	204	21.08	2:14:17	6:22	5	19:53	178 2:37
vuelta 5	5.27	40:35	7:42	29	15:09	219	26.35	2:54:52	6:38	4	29:05	203 52:03
vuelta 6	5.27	49:12	9:20	30	23:21	250	31.62	3:44:04	7:05	5	1:06:03	199 1:15:18
vuelta 7	5.27	50:13	9:31	30	24:02	242	36.89	4:34:17	7:26	5	54:07	191 1:39:24
última vuelta Zie	5.27	45:45	8:40	26	19:41	203	42.16	5:20:02	7:35	28	1:57:19	226 4:53:15