



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

GRUBE, Frank

Asociación: TuS Hilstrup
Dorsal: 99

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 6:01:18

velocidad: 7.00 km/h
rendimiento en carrera: 8:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 275 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 249 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 53(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 | 38:19 | 7:16 | 54 | 15:06 | 250 | 15:57 | 5.27 | 38:19 | 7:16 | 28 | 4:52 | 259 |
| vuelta 2 | 5.27 | 39:41 | 7:31 | 53 | 15:11 | 254 | 16:15 | 10.54 | 1:18:00 | 7:24 | 22 | 9:27 | 192 |
| vuelta 3 | 5.27 | 40:41 | 7:43 | 53 | 16:04 | 251 | 17:03 | 15.81 | 1:58:41 | 7:30 | 27 | 28:29 | 253 2:35 |
| vuelta 4 | 5.27 | 43:31 | 8:15 | 52 | 18:30 | 252 | 18:53 | 21.08 | 2:42:12 | 7:41 | 25 | 18:35 | 212 30:32 |
| vuelta 5 | 5.27 | 45:17 | 8:35 | 53 | 18:59 | 247 | 19:58 | 26.35 | 3:27:29 | 7:52 | 26 | 32:50 | 233 1:24:40 |
| vuelta 6 | 5.27 | 48:48 | 9:15 | 53 | 21:13 | 248 | 22:57 | 31.62 | 4:16:17 | 8:06 | 27 | 57:06 | 227 1:47:31 |
| vuelta 7 | 5.27 | 50:30 | 9:34 | 53 | 21:59 | 244 | 24:23 | 36.89 | 5:06:47 | 8:18 | 24 | 56:17 | 222 2:11:54 |
| última vuelta Zie | 5.27 | 54:31 | 10:20 | 52 | 26:53 | 245 | 28:48 | 42.16 | 6:01:18 | 8:34 | 55 | 4:24:05 | 260 5:34:31 |