



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

BECHLER, Ralf

Asociación: Rennsteiglaufverein
Dorsal: 15

recorrido: 31.62 km
3/4 Marathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 3:04:24

velocidad: 10.09 km/h
rendimiento en carrera: 5:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 5 (de 23)
posición en el recorrido/Men: 5 (de 21)
mejor tiempo del recorrido: 2:26:37

posición en la categoría: 1(de 5)
mejor tiempo en la categoría: 3:04:24

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
vuelta 1	5.27	29:42	5:38	1	-	6	8:04	5.27	29:42	5:38	1	-	18	
vuelta 2	5.27	30:35	5:48	2	1:08	8	8:10	10.54	1:00:17	5:43	3	-	16	13:08
vuelta 3	5.27	30:11	5:43	1	-	6	6:51	15.81	1:30:28	5:43	1	-	17	
vuelta 4	5.27	30:15	5:44	1	-	5	5:44	21.08	2:00:43	5:43	1	-	17	
vuelta 5	5.27	31:16	5:55	1	-	5	6:15	26.35	2:31:59	5:46	1	-	15	
última vuelta Zie	5.27	32:25	6:09	1	-	2	2:43	31.62	3:04:24	5:49	1	-	5	37:47