



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

MÖRTH, Sascha

Asociación: RunFit+ Personal Training
Dorsal: 238

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 3:42:29

velocidad: 11.37 km/h
rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 289)

posición en el recorrido/Men: 15 (de 261)

mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 3(de 55)

mejor tiempo en la categoría: 3:28:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men		
vuelta 1	5.27	27:13	5:09	7	4:00	45	4:51	5.27	27:13	5:09	33	22		
vuelta 2	5.27	26:38	5:03	6	2:08	28	3:12	10.54	53:51	5:06	27	20		
vuelta 3	5.27	26:52	5:05	4	2:15	23	3:14	15.81	1:20:43	5:06	31	18		
vuelta 4	5.27	27:23	5:11	6	2:22	26	2:45	21.08	1:48:06	5:07	28	16		
vuelta 5	5.27	27:30	5:13	3	1:12	15	2:11	26.35	2:15:36	5:08	29	12	12:47	
vuelta 6	5.27	28:11	5:20	3	0:36	13	2:20	31.62	2:43:47	5:10	30	15	15:01	
vuelta 7	5.27	29:06	5:31	4	0:35	13	2:59	36.89	3:12:53	5:13	27	9	18:00	
última vuelta Zie	5.27	29:36	5:37	5	1:58	16	3:53	42.16	3:42:29	5:16	5	2:05:16	23	3:15:42