



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

COSTA, Julio

Asociación: SV Langendreer 04
Dorsal: 44

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M35

tiempo total: 3:46:06

velocidad: 11.15 km/h
rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 19 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 19 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 3(de 42)
mejor tiempo en la categoría: 3:29:26

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men
vuelta 1	5.27	22:22	4:14	1	-	1	-	5.27	22:22	4:14	27	26		
vuelta 2	5.27	23:26	4:26	1	-	1	-	10.54	45:48	4:20	23	24		
vuelta 3	5.27	23:38	4:29	1	-	1	-	15.81	1:09:26	4:23	41	255		
vuelta 4	5.27	25:02	4:45	1	-	4	0:24	21.08	1:34:28	4:28	21	20		
vuelta 5	5.27	26:09	4:57	1	-	5	0:50	26.35	2:00:37	4:34	22	16		
vuelta 6	5.27	28:51	5:28	5	2:20	19	3:00	31.62	2:29:28	4:43	22	19	0:42	
vuelta 7	5.27	36:31	6:55	14	8:52	93	10:24	36.89	3:05:59	5:02	36	228	11:06	
última vuelta Zie	5.27	40:07	7:36	26	13:30	137	14:24	42.16	3:46:06	5:21	6	2:20:13	27	3:19:19