



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon
Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

MENZEL, Udo

Asociación: LG Emsdetten
Dorsal: 225

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 3:47:37

velocidad: 11.07 km/h
rendimiento en carrera: 5:24 min/km

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

posición en la categoría: 3(de 50)
mejor tiempo en la categoría: 3:39:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total			Total				
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	
vuelta 1	5.27	28:36	5:25	14	5:13	65	6:14	5.27	28:36	5:25	29	27		
vuelta 2	5.27	28:12	5:21	10	3:35	56	4:46	10.54	56:48	5:23	23	25		
vuelta 3	5.27	28:08	5:20	6	2:47	45	4:30	15.81	1:24:56	5:22	28	22		
vuelta 4	5.27	28:48	5:27	5	1:58	42	4:10	21.08	1:53:44	5:23	33	21		
vuelta 5	5.27	28:17	5:22	2	0:39	21	2:58	26.35	2:22:01	5:23	26	17	19:12	
vuelta 6	5.27	28:50	5:28	2	0:38	18	2:59	31.62	2:50:51	5:24	28	20	22:05	
vuelta 7	5.27	28:11	5:20	1	-	6	2:04	36.89	3:19:02	5:23	26	13	24:09	
última vuelta Zie	5.27	28:35	5:25	2	0:12	11	2:52	42.16	3:47:37	5:23	4	2:26:51	28	3:20:50