



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

evaluación detallada

Steinert, Steffen

Asociación: Lunzenau
Dorsal: 390

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M45

tiempo total: 3:58:33

velocidad: 10.56 km/h
rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 31 (de 311)

posición en el recorrido/Men: 30 (de 279)

mejor tiempo del recorrido: 3:02:44

posición en la categoría: 5(de 62)

mejor tiempo en la categoría: 3:40:26

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				categoría	categoría	Men	Men
Runde	5.27	28:57	5:29	14	4:47	60	7:14	5.27	28:57	5:29	39		34	
Runde	5.27	29:14	5:32	14	4:26	64	7:31	10.54	58:11	5:31	36		31	14:45
Runde	5.27	30:08	5:43	19	4:27	75	7:53	15.81	1:28:19	5:35	36		31	22:38
Runde	5.27	30:10	5:43	11	3:32	56	7:22	21.08	1:58:29	5:37	36		31	30:00
Runde	5.27	29:49	5:39	5	1:41	31	7:13	26.35	2:28:18	5:37	36		31	37:13
Runde	5.27	30:18	5:44	5	1:13	25	7:46	31.62	2:58:36	5:38	36		31	44:59
Runde	5.27	30:08	5:43	3	0:22	13	6:56	36.89	3:28:44	5:39	35		30	51:55
Runde	5.27	29:49	5:39	2	14:04	13	14:04	42.16	3:58:33	5:39	8	3:01:09	36	3:05:11