



# 10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

## evaluación detallada

**Koch, Heico**

Asociación: Berlin  
Dorsal: 186

recorrido: 42.16 km  
Marathon

categoría:  
Männer M40

tiempo total: 4:09:23

velocidad: 10.10 km/h  
rendimiento en carrera: 5:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 55 (de 311)  
posición en el recorrido/Men: 51 (de 279)  
mejor tiempo del recorrido: 3:02:44

posición en la categoría: 12(de 62)  
mejor tiempo en la categoría: 3:33:30

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición retraso categoría Men					
Runde	5.27	29:21	5:34	13	6:35	66	7:38	5.27	29:21	5:34	44	37		
Runde	5.27	28:40	5:26	13	4:59	52	6:57	10.54	58:01	5:30	43	52	14:35	
Runde	5.27	29:36	5:37	15	4:53	58	7:21	15.81	1:27:37	5:32	43	52	21:56	
Runde	5.27	29:53	5:40	14	4:07	52	7:05	21.08	1:57:30	5:34	43	52	29:01	
Runde	5.27	30:20	5:45	13	3:50	41	7:44	26.35	2:27:50	5:36	43	52	36:45	
Runde	5.27	31:39	6:00	10	3:30	43	9:07	31.62	2:59:29	5:40	43	52	45:52	
Runde	5.27	32:46	6:13	9	4:19	41	9:34	36.89	3:32:15	5:45	43	51	55:26	
Runde	5.27	37:08	7:02	25	10:08	94	21:23	42.16	4:09:23	5:54	13	3:16:01	57	3:16:01