



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

evaluación detallada

Grond, Josef

Asociación: Marathon Steinfurt
Dorsal: 107

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M55

tiempo total: 4:23:57

velocidad: 9.55 km/h
rendimiento en carrera: 6:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 89 (de 311)
posición en el recorrido/Men: 82 (de 279)
mejor tiempo del recorrido: 3:02:44

posición en la categoría: 2(de 15)
mejor tiempo en la categoría: 4:16:29

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	
			retraso	posición	retraso	Men	Men				Men	Men	
Runde	5.27	28:24	5:23	2	0:43	54	6:41	5.27	28:24	5:23	2	0:43	87
Runde	5.27	28:42	5:26	2	0:46	53	6:59	10.54	57:06	5:25	2	1:29	82 13:40
Runde	5.27	29:39	5:37	2	1:08	62	7:24	15.81	1:26:45	5:29	2	2:37	82 21:04
Runde	5.27	30:13	5:44	2	0:36	57	7:25	21.08	1:56:58	5:32	2	3:13	82 28:29
Runde	5.27	30:07	5:42	1	-	37	7:31	26.35	2:27:05	5:34	2	1:13	82 36:00
Runde	5.27	32:16	6:07	1	-	55	9:44	31.62	2:59:21	5:40	2		39 45:44
Runde	5.27	38:01	7:12	6	2:04	109	14:49	36.89	3:37:22	5:53	2		81 1:00:33
Runde	5.27	46:35	8:50	10	10:24	221	30:50	42.16	4:23:57	6:15	2	7:28	88 3:30:35