



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon
Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

evaluación detallada

Hölzel, Holger

Asociación: Vorwärts Köln
Dorsal: 148

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 4:41:32

velocidad: 8.95 km/h
rendimiento en carrera: 6:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 129 (de 311)
posición en el recorrido/Men: 121 (de 279)
mejor tiempo del recorrido: 3:02:44

posición en la categoría: 29(de 62)
mejor tiempo en la categoría: 3:33:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso min/km	stage score			Total score					
					posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	
					Men	Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición	retraso	posición	retraso
Runde	5.27	31:06	5:54	26	8:20	108	9:23	5.27	31:06	5:54	61	113	0:33
Runde	5.27	33:07	6:17	38	9:26	154	11:24	10.54	1:04:13	6:05	60	121	20:47
Runde	5.27	31:48	6:02	24	7:05	105	9:33	15.81	1:36:01	6:04	60	121	30:20
Runde	5.27	32:56	6:14	24	7:10	110	10:08	21.08	2:08:57	6:07	60	121	40:28
Runde	5.27	35:00	6:38	29	8:30	125	12:24	26.35	2:43:57	6:13	60	121	52:52
Runde	5.27	36:07	6:51	27	7:58	106	13:35	31.62	3:20:04	6:19	60	121	1:06:27
Runde	5.27	38:01	7:12	26	9:34	109	14:49	36.89	3:58:05	6:27	60	120	1:21:16
Runde	5.27	43:27	8:14	39	16:27	178	27:42	42.16	4:41:32	6:40	30	3:48:10	127 3:48:10