



# 10. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

## evaluación detallada

**Dilling, Daniela**

Asociación: LG Nord Berlin  
Dorsal: 57

recorrido: 42.16 km  
Marathon

categoría:  
Frauen W45

tiempo total: 5:08:50

velocidad: 8.16 km/h  
rendimiento en carrera: 7:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 207 (de 311)  
posición en el recorrido/Women: 16 (de 32)  
mejor tiempo del recorrido: 3:54:55

posición en la categoría: 6(de 9)  
mejor tiempo en la categoría: 4:02:43

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                      |                   |                  | Total score |                 |                 |                       |                      |                   |                  |
|---------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|
|         |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>categoría | posición<br>Women | retraso<br>Women | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>categoría | posición<br>Women | retraso<br>Women |
| Runde   | 5.27        | 34:16           | 6:30            | 4                     | 4:40                 | 13                | 8:03             | 5.27        | 34:16           | 6:30            | 6                     | 4:40                 | 15                |                  |
| Runde   | 5.27        | 36:32           | 6:55            | 6                     | 7:17                 | 16                | 9:41             | 10.54       | 1:10:48         | 6:43            | 6                     | 11:57                | 15                | 0:17             |
| Runde   | 5.27        | 37:17           | 7:04            | 6                     | 7:37                 | 16                | 9:04             | 15.81       | 1:48:05         | 6:50            | 6                     | 19:34                | 15                | 2:04             |
| Runde   | 5.27        | 38:05           | 7:13            | 6                     | 8:14                 | 17                | 8:51             | 21.08       | 2:26:10         | 6:56            | 6                     | 27:48                | 15                | 3:19             |
| Runde   | 5.27        | 38:54           | 7:22            | 6                     | 8:27                 | 16                | 8:27             | 26.35       | 3:05:04         | 7:01            | 6                     | 36:04                | 15                | 3:56             |
| Runde   | 5.27        | 40:04           | 7:36            | 6                     | 9:00                 | 15                | 9:29             | 31.62       | 3:45:08         | 7:07            | 6                     | 44:56                | 15                | 4:04             |
| Runde   | 5.27        | 41:02           | 7:47            | 5                     | 9:45                 | 14                | 9:58             | 36.89       | 4:26:10         | 7:12            | 6                     | 54:41                | 15                | 3:54             |
| Runde   | 5.27        | 42:40           | 8:05            | 8                     | 11:26                | 19                | 12:11            | 42.16       | 5:08:50         | 7:19            | 7                     | 4:30:45              | 19                | 4:30:45          |