



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

evaluación detallada

Grunenberg, Karol

Asociación: Bunert Running Team  
Dorsal: 111

recorrido: 42.16 km  
Marathon

categoría:  
Männer M20

tiempo total: 3:02:44

velocidad: 13.79 km/h  
rendimiento en carrera: 4:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 1 (de 311)  
posición en el recorrido/Men: 1 (de 279)  
mejor tiempo del recorrido: 3:02:44

posición en la categoría: 1(de 19)  
mejor tiempo en la categoría: 3:02:44

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			Men	Men	Men	Men				Men	Men			
Runde	5.27	21:43	4:07	1	-	1	-	5.27	21:43	4:07	11		6	
Runde	5.27	21:43	4:07	1	-	1	-	10.54	43:26	4:07	11		1	-
Runde	5.27	22:15	4:13	1	-	1	-	15.81	1:05:41	4:09	11		1	-
Runde	5.27	22:48	4:19	1	-	1	-	21.08	1:28:29	4:11	11		1	-
Runde	5.27	22:36	4:17	1	-	1	-	26.35	1:51:05	4:12	11		1	-
Runde	5.27	22:32	4:16	1	-	1	-	31.62	2:13:37	4:13	11		1	-
Runde	5.27	23:12	4:24	1	-	1	-	36.89	2:36:49	4:15	11		1	-
Runde	5.27	25:55	4:55	1	-	3	10:10	42.16	3:02:44	4:20	1	-	6	2:09:22