



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

evaluación detallada

Quack, Reiner

Asociación: Berufsfeuerwehr Mönchengladbach
Dorsal: 301

recorrido: 21.08 km
Halbmarathon

categoría:
Männer M40

tiempo total: 2:18:48

velocidad: 9.08 km/h
rendimiento en carrera: 6:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 21 (de 64)
posición en el recorrido/Men: 21 (de 53)
mejor tiempo del recorrido: 1:47:19

posición en la categoría: 7(de 12)
mejor tiempo en la categoría: 1:50:01

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | | Total score | | | | | | |
|---------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|----------------|----------------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|----------------------|----------------|----|-------|
| | | | | retraso categoría | retraso Men | retraso categoría | retraso Men | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso categoría | retraso Men | | |
| Runde | 5.27 | 34:37 | 6:34 | 7 | 7:20 | 21 | 8:39 | 5.27 | 34:37 | 6:34 | 11 | 7:20 | 21 | |
| Runde | 5.27 | 34:12 | 6:29 | 7 | 7:34 | 22 | 8:01 | 10.54 | 1:08:49 | 6:31 | 11 | 14:54 | 21 | |
| Runde | 5.27 | 34:28 | 6:32 | 8 | 7:09 | 22 | 7:09 | 15.81 | 1:43:17 | 6:31 | 11 | 22:03 | 21 | |
| Runde | 5.27 | 35:31 | 6:44 | 5 | 6:44 | 18 | 35:03 | 21.08 | 2:18:48 | 6:35 | 7 | 28:47 | 21 | 31:29 |