



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

evaluación detallada

Ruf, Dr. Peter

Asociación: Mühlheim a.D.  
Dorsal: 323

recorrido: 21.08 km  
Halbmarathon

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 2:37:34

velocidad: 8.00 km/h  
rendimiento en carrera: 7:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 41 (de 64)  
posición en el recorrido/Men: 35 (de 53)  
mejor tiempo del recorrido: 1:47:19

posición en la categoría: 5(de 11)  
mejor tiempo en la categoría: 1:54:47

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde	5.27	59:58	11:22	11	32:30	52	34:00	5.27	59:58	11:22	10	32:30	24	19:56
Runde	5.27	31:15	5:55	3	2:04	12	5:04	10.54	1:31:13	8:39	10	34:34	24	10:04
Runde	5.27	31:49	6:02	2	2:16	12	4:30	15.81	2:03:02	7:46	10	36:50	24	
Runde	5.27	34:32	6:33	3	5:57	15	34:04	21.08	2:37:34	7:28	5	42:47	35	50:15