



# 11. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 17.11.2012

## evaluación detallada

**Dicks, Heiko**

Asociación: Panketal  
Dorsal: 161

recorrido: 42.18 km  
Marathon

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 4:41:09

velocidad: 8.96 km/h  
rendimiento en carrera: 6:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 188 (de 305)  
posición en el recorrido/Men: 173 (de 271)  
mejor tiempo del recorrido: 3:01:21

posición en la categoría: 37(de 57)  
mejor tiempo en la categoría: 3:07:03

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score           |                       |                       | Total score |              |                       |                       |                       |         |         |         |
|---------|----------|--------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------|--------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---------|---------|---------|
|         |          |              |                     | retraso categoría Men | retraso categoría Men | retraso categoría Men | Total km    | Total tiempo | Total posición min/km | retraso categoría Men | retraso categoría Men |         |         |         |
| Runde   | 0.50     | 1:30         | 3:00                | 10                    | 0:21                  | 46                    | 0:21        | 0.50         | 1:30                  | 3:00                  | 15                    | 60      |         |         |
| Runde   | 3.47     | 18:48        | 5:25                | 27                    | 5:17                  | 107                   | 5:17        | 3.97         | 20:18                 | 5:06                  | 15                    | 194     |         |         |
| Runde   | 3.47     | 19:45        | 5:41                | 30                    | 5:29                  | 127                   | 5:31        | 7.44         | 40:03                 | 5:22                  | 14                    | 192     |         |         |
| Runde   | 3.47     | 20:34        | 5:55                | 38                    | 17:25                 | 159                   | 17:25       | 10.91        | 1:00:37               | 5:33                  | 14                    | 1:02    | 191     |         |
| Runde   | 3.47     | 21:56        | 6:19                | 40                    | 7:04                  | 185                   | 7:35        | 14.38        | 1:22:33               | 5:44                  | 14                    | 3:17    | 189     |         |
| Runde   | 3.47     | 22:26        | 6:27                | 42                    | 7:38                  | 196                   | 8:01        | 17.85        | 1:44:59               | 5:52                  | 14                    | 5:06    | 188     | 10:57   |
| Runde   | 3.47     | 23:49        | 6:51                | 45                    | 8:53                  | 214                   | 9:14        | 21.32        | 2:08:48               | 6:02                  | 14                    | 7:20    | 187     | 41:40   |
| Runde   | 3.47     | 24:00        | 6:54                | 42                    | 8:50                  | 202                   | 9:28        | 24.79        | 2:32:48               | 6:09                  | 14                    | 8:09    | 187     | 50:45   |
| Runde   | 3.47     | 24:24        | 7:01                | 40                    | 8:34                  | 191                   | 9:59        | 28.26        | 2:57:12               | 6:16                  | 12                    | 182     | 59:55   |         |
| Runde   | 3.47     | 26:41        | 7:41                | 43                    | 10:27                 | 206                   | 11:42       | 31.73        | 3:23:53               | 6:25                  | 12                    | 180     | 1:10:22 |         |
| Runde   | 3.47     | 26:12        | 7:33                | 38                    | 9:30                  | 177                   | 10:45       | 35.20        | 3:50:05               | 6:32                  | 12                    | 175     | 1:15:55 |         |
| Runde   | 3.47     | 25:46        | 7:25                | 30                    | 8:29                  | 149                   | 9:54        | 38.67        | 4:15:51               | 6:36                  | 12                    | 174     | 1:30:43 |         |
| Ziel    | 3.47     | 25:18        | 7:17                | 31                    | 7:53                  | 150                   | 9:42        | 42.18        | 4:41:09               | 6:39                  | 37                    | 1:34:06 | 173     | 1:39:48 |