



# 11. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 17.11.2012

## evaluación detallada

**Alber, Sebastian**

Asociación: Lünen  
Dorsal: 132

recorrido: 42.18 km  
Marathon

categoría:  
Männer M40

tiempo total: 4:47:25

velocidad: 8.77 km/h  
rendimiento en carrera: 6:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 207 (de 305)  
posición en el recorrido/Men: 191 (de 271)  
mejor tiempo del recorrido: 3:01:21

posición en la categoría: 35(de 54)  
mejor tiempo en la categoría: 3:11:42

tiempos parciales			stage score					Total score					
control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retrasoposisió categoría Men	retrasoposisió categoría Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retrasoposisió categoría Men	retraso Men		
Runde	0.50	2:24	4:47	44	1:15	217	1:15	0.50	2:24	4:47	11	0:40	150
Runde	3.47	20:53	6:01	43	6:48	195	7:22	3.97	23:17	5:51	11	0:33	212
Runde	3.47	21:22	6:09	40	6:57	194	7:08	7.44	44:39	6:00	11		210 0:05
Runde	3.47	22:04	6:21	41	7:34	206	18:55	10.91	1:06:43	6:06	11		209
Runde	3.47	22:36	6:30	40	8:15	208	8:15	14.38	1:29:19	6:12	10		207
Runde	3.47	22:32	6:29	39	7:43	198	8:07	17.85	1:51:51	6:15	10		206 17:49
Runde	3.47	22:44	6:33	38	7:44	188	8:09	21.32	2:14:35	6:18	10		205 47:27
Runde	3.47	23:27	6:45	40	7:41	192	8:55	24.79	2:38:02	6:22	10		205 55:59
Runde	3.47	23:43	6:50	31	7:10	167	9:18	28.26	3:01:45	6:25	10		200 1:04:28
Runde	3.47	25:12	7:15	34	7:42	177	10:13	31.73	3:26:57	6:31	10		198 1:13:26
Runde	3.47	26:21	7:35	36	8:28	179	10:54	35.20	3:53:18	6:37	10		193 1:19:08
Runde	3.47	27:16	7:51	38	9:41	184	11:24	38.67	4:20:34	6:44	10		192 1:35:26
Ziel	3.47	26:51	7:44	32	9:55	178	11:15	42.18	4:47:25	6:48	35	1:35:43	191 1:46:04