



12. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 16.11.2013

evaluación detallada

Spinczyk, Ingo

Asociación: TC Fiko Rostock
Dorsal: 282

recorrido: 42.18 km
Marathon

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 4:42:48

velocidad: 8.91 km/h
rendimiento en carrera: 6:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 106 (de 220)
posición en el recorrido/Men: 100 (de 194)
mejor tiempo del recorrido: 3:07:34

posición en la categoría: 27(de 42)
mejor tiempo en la categoría: 3:33:09

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score						
				retraso	retraso	retraso	retraso	retraso	retraso				
			posición	posición	posición	posición	posición	posición	posición	posición	posición	posición	
			Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	
Runde	3.47	20:58	6:02	26	4:39	108	6:30	3.47	20:58	6:02	5	0:40	102
Runde	3.47	20:31	5:54	21	4:10	87	5:55	6.94	41:29	5:58	5		102
Runde	3.47	20:49	5:59	21	4:21	85	5:53	10.41	1:02:18	5:59	7		88
Runde	3.47	21:42	6:15	23	5:18	99	6:36	13.88	1:24:00	6:03	5		87
Runde	3.47	22:56	6:36	30	6:51	117	7:41	17.35	1:46:56	6:09	5		101 1:38
Runde	3.47	23:25	6:44	29	6:34	115	7:59	20.82	2:10:21	6:15	5		88 0:48
Runde	3.47	23:22	6:44	29	5:50	102	8:15	24.29	2:33:43	6:19	5		89 48:33
Runde	3.47	24:44	7:07	31	7:13	109	9:01	27.76	2:58:27	6:25	9		95 52:55
Runde	3.47	26:04	7:30	31	8:21	116	9:50	31.23	3:24:31	6:32	5		80 1:07:24
Runde	3.47	26:19	7:35	27	7:25	102	9:45	34.70	3:50:50	6:39	5		91 1:17:06
Runde	3.47	25:52	7:27	21	5:17	77	9:00	38.17	4:16:42	6:43	5		90 1:25:59
Runde	3.97	26:06	6:34	26	6:03	97	9:15	42.18	4:42:48	6:42	27	1:09:39	103 3:20:59