



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 categoría Men	retraso categoría Men	retraso categoría Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría Men	retraso categoría 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