



## 12. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 16.11.2013

### evaluación detallada

**Sommer, Heiko**

Asociación: UMSEMA Gersthofen  
Dorsal: 277

recorrido: 42.18 km  
Marathon

categoría:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 4:57:56

velocidad: 8.46 km/h  
rendimiento en carrera: 7:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 148 (de 220)  
posición en el recorrido/Men: 135 (de 194)  
mejor tiempo del recorrido: 3:07:34

posición en la categoría: 36(de 42)  
mejor tiempo en la categoría: 3:33:09

tiempos parciales		stage score						Total score						
control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisión	retrasoposisión	retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retrasoposisión	retraso	retraso	retraso	
			Men	Men	Men	Men	km	tiempo	Men	Men	Men	Men	Men	
Runde	3.47	23:14	6:41	39	6:55	162	8:46	3.47	23:14	6:41	15	2:56	137	0:03
Runde	3.47	22:13	6:24	35	5:52	137	7:37	6.94	45:27	6:32	15	3:26	137	
Runde	3.47	22:11	6:23	30	5:43	123	7:15	10.41	1:07:38	6:29	12	2:55	107	
Runde	3.47	21:51	6:17	25	5:27	105	6:45	13.88	1:29:29	6:26	15	3:22	122	
Runde	3.47	22:15	6:24	23	6:10	104	7:00	17.35	1:51:44	6:26	15	2:42	136	6:26
Runde	3.47	22:25	6:27	24	5:34	96	6:59	20.82	2:14:09	6:26	14	1:39	114	4:36
Runde	3.47	23:13	6:41	25	5:41	95	8:06	24.29	2:37:22	6:28	15		124	52:12
Runde	3.47	23:45	6:50	23	6:14	85	8:02	27.76	3:01:07	6:31	38		173	55:35
Runde	3.47	26:26	7:37	32	8:43	120	10:12	31.23	3:27:33	6:38	15		115	1:10:26
Runde	3.47	28:02	8:04	34	9:08	134	11:28	34.70	3:55:35	6:47	15		120	1:21:51
Runde	3.47	30:52	8:53	39	10:17	158	14:00	38.17	4:26:27	6:58	15	2:21	125	1:35:44
Runde	3.97	31:29	7:55	40	11:26	170	14:38	42.18	4:57:56	7:03	36	1:24:47	138	3:36:07