



13. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 15.11.2014

evaluación detallada

Alexander, Dirk

Asociación: Runners Point Gießen
Dorsal: 4

recorrido: 42.18 km
Marathon

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 3:26:44

velocidad: 12.24 km/h
rendimiento en carrera: 4:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 272)
posición en el recorrido/Men: 7 (de 245)
mejor tiempo del recorrido: 3:07:01

posición en la categoría: 2(de 18)
mejor tiempo en la categoría: 3:19:56

tiempos parciales		stage score						Total score					
control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisión	retrasoposisión	retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retrasoposisión	retraso	retraso	
			cat	cat	Men	Men	km	min/km	cat	cat	Men	Men	
Runde	3.47	15:28	4:27	2	0:11	11	3.47	15:28	4:27	18		8	
Runde	3.47	15:16	4:23	1	-	7	6.94	30:44	4:25	18		10	
Runde	3.47	16:03	4:37	2	0:10	9	10.41	46:47	4:29	18		10	
Runde	3.47	16:15	4:40	2	0:12	7	13.88	1:03:02	4:32	18		9	
Runde	3.47	16:33	4:46	2	0:29	6	17.35	1:19:35	4:35	18		8	
Runde	3.47	16:49	4:50	2	0:48	5	20.82	1:36:24	4:37	18		8	
Runde	3.47	17:47	5:07	3	1:41	9	24.29	1:54:11	4:42	18		8	
Runde	3.47	17:50	5:08	2	1:33	7	27.76	2:12:01	4:45	18		8	
Runde	3.47	18:33	5:20	3	2:04	8	31.23	2:30:34	4:49	18	7	11:44	
Runde	3.47	19:01	5:28	3	1:39	9	34.70	2:49:35	4:53	17	7	14:39	
Runde	3.47	18:46	5:24	2	0:03	7	38.17	3:08:21	4:56	17	7	17:33	
Runde	3.97	18:23	4:37	2	0:45	14	42.18	3:26:44	4:54	2	6:48	8	1:57:31