



13. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 15.11.2014

evaluación detallada

Lenfort, Stefan

Asociación: SC Nordwalde
Dorsal: 280

recorrido: 42.18 km
Marathon

categoría:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 3:58:35

velocidad: 10.56 km/h
rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 272)
posición en el recorrido/Men: 36 (de 245)
mejor tiempo del recorrido: 3:07:01

posición en la categoría: 9(de 51)
mejor tiempo en la categoría: 3:34:54

| tiempos parciales | | stage score | | | | | | Total score | | | | | | |
|-------------------|----------|--------------|---------------------|--------------------------|--------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------|--------------------------|--------------------------|-------------|-------------|
| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retrasoposisió categoría | retrasoposisió categoría | retraso Men | retraso Men | Total km | Total tiempo | Total posición min/km | retrasoposisió categoría | retrasoposisió categoría | retraso Men | retraso Men |
| Runde | 3.47 | 17:28 | 5:02 | 10 | 2:56 | 45 | 3:42 | 3.47 | 17:28 | 5:02 | 36 | | | 42 |
| Runde | 3.47 | 18:26 | 5:18 | 15 | 3:24 | 57 | 3:45 | 6.94 | 35:54 | 5:10 | 36 | | | 42 |
| Runde | 3.47 | 18:50 | 5:25 | 17 | 3:21 | 58 | 3:53 | 10.41 | 54:44 | 5:15 | 36 | | | 39 |
| Runde | 3.47 | 19:07 | 5:30 | 13 | 3:09 | 53 | 3:30 | 13.88 | 1:13:51 | 5:19 | 36 | | | 41 |
| Runde | 3.47 | 19:40 | 5:40 | 17 | 2:58 | 57 | 4:05 | 17.35 | 1:33:31 | 5:23 | 36 | | | 40 |
| Runde | 3.47 | 20:04 | 5:46 | 15 | 2:55 | 54 | 4:36 | 20.82 | 1:53:35 | 5:27 | 36 | | | 40 |
| Runde | 3.47 | 20:51 | 6:00 | 13 | 2:52 | 53 | 5:18 | 24.29 | 2:14:26 | 5:32 | 36 | | | 40 |
| Runde | 3.47 | 20:13 | 5:49 | 6 | 1:47 | 30 | 4:05 | 27.76 | 2:34:39 | 5:34 | 36 | | | 40 |
| Runde | 3.47 | 20:30 | 5:54 | 5 | 1:19 | 28 | 4:28 | 31.23 | 2:55:09 | 5:36 | 36 | | 36:19 | 39 |
| Runde | 3.47 | 20:54 | 6:01 | 5 | 1:28 | 26 | 4:48 | 34.70 | 3:16:03 | 5:38 | 34 | | 36 | 41:07 |
| Runde | 3.47 | 21:23 | 6:09 | 5 | 1:57 | 25 | 5:31 | 38.17 | 3:37:26 | 5:41 | 34 | | 36 | 46:38 |
| Runde | 3.97 | 21:09 | 5:19 | 6 | 3:10 | 35 | 20:52 | 42.18 | 3:58:35 | 5:39 | 10 | 23:41 | 39 | 2:29:22 |