



13. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 15.11.2014

evaluación detallada

Heidingsfelder, Holger

Asociación: Synergy-Sports.de
Dorsal: 157

recorrido: 42.18 km
Marathon

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 4:15:40

velocidad: 9.86 km/h
rendimiento en carrera: 6:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 61 (de 272)
posición en el recorrido/Men: 59 (de 245)
mejor tiempo del recorrido: 3:07:01

posición en la categoría: 11(de 63)
mejor tiempo en la categoría: 3:35:43

tiempos parciales		stage score						Total score					
control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisión	retrasoposisión	retrasoposisión	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retrasoposisión	retrasoposisión	retraso	
			Men	Men	Men	Men	km	tiempo	Men	Men	Men	Men	
Runde	3.47	21:49	6:17	41	5:59	160	8:03	3.47	21:49	6:17	19	67	
Runde	3.47	21:08	6:05	40	4:41	135	6:27	6.94	42:57	6:11	43	67	
Runde	3.47	19:17	5:33	14	2:20	65	4:20	10.41	1:02:14	5:58	43	67	
Runde	3.47	18:43	5:23	6	1:42	41	3:06	13.88	1:20:57	5:49	43	66	
Runde	3.47	20:18	5:51	15	3:03	70	4:43	17.35	1:41:15	5:50	43	65 4:59	
Runde	3.47	20:54	6:01	15	3:05	71	5:26	20.82	2:02:09	5:52	43	65 4:29	
Runde	3.47	21:03	6:03	11	2:52	58	5:30	24.29	2:23:12	5:53	43	65 2:57	
Runde	3.47	21:21	6:09	9	2:54	50	5:13	27.76	2:44:33	5:55	43	65	
Runde	3.47	21:17	6:08	5	2:42	39	5:15	31.23	3:05:50	5:57	43	64 47:00	
Runde	3.47	23:40	6:49	11	4:11	64	7:34	34.70	3:29:30	6:02	43	59 54:34	
Runde	3.47	23:24	6:44	7	3:57	57	7:32	38.17	3:52:54	6:06	43	59 1:02:06	
Runde	3.97	22:46	5:44	7	4:47	54	22:29	42.18	4:15:40	6:03	11 39:57	62 2:46:27	