



# 1. Werratalmarathon, M, 4-er Staffel, HM

Treffurt / 07.04.2019

## evaluación detallada

**Sakuth, Holger**

Asociación: M&H Rennsteigtem

Dorsal: 169

recorrido: 42.20 km

Marathon

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 4:54:13

velocidad: 8.57 km/h

rendimiento en carrera: 6:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 62 (de 75)

posición en el recorrido/Men: 55 (de 67)

mejor tiempo del recorrido: 2:59:48

posición en la categoría: 13(de 16)

mejor tiempo en la categoría: 3:29:29

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición	retraso	Men				posición	retraso	Men		
Ifta	11.90	1:15:43	6:21	10	19:09	49	27:43	11.90	1:15:43	6:21	10	19:09	49	27:43
Buchenau	11.70	1:19:49	6:49	12	23:05	55	32:13	23.60	2:35:32	6:35	11	42:14	53	59:17
Frankenroda	9.40	1:07:48	7:12	12	19:07	53	28:33	33.00	3:43:20	6:46	12	1:01:21	54	1:27:50
Uferstraße in Tre	9.20	1:10:53	7:42	13	23:23	54	29:59	42.20	4:54:13	6:58	13	1:24:44	55	1:54:25