



Langenberg-Marathon  
Bruchhausen / 04.10.2009

### Exploitation détaillée

Salzsiedler, Frank

Association: Köln  
Dossard: 663

Circuit: 115.00 km  
Langdistanz

Catégorie:  
Senioren II

Temps total: 6:37:44

Vitesse: 17.35 km/h

Place par parcours/Total: 17 (de 23)

Place par parcours/Hommes: 17 (de 23)

Meilleur temps dans le parcours: 5:07:36

Place par catégorie: 8(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 5:33:14

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Etape		Place catg.	Retard catg.		Place Hommes	Retard Hommes		Total		Place catg.	Retard Hommes		
	km	Temps		km/h	Hommes		Hommes	km	Temps	km/h		Hommes	Hommes	
Tour 1	45.00	2:20:56	19.16	6	20:52	15	33:50	45.00	2:20:56	19.16	8	20:52	8	2:26
Tour 2	35.00	2:05:22	16.75	9	20:41	18	31:35	80.00	4:26:18	18.02	8	41:33	8	15:24
Dernier temps Zi	35.00	2:11:26	15.98	8	22:57	17	31:19	115.00	6:37:44	17.35	8	1:04:30	17	1:30:08