



3. Schlaubetal-Marathon Eisenhüttenstadt / 17.10.2009

Exploitation détaillée

Lüders, Niels-Olaf

Association: Storkow

Dossard: 390

Circuit: 21.10 km

Cross-Halbmarathon

Catégorie:

Männer M40

Temps total: 2:19:45

Vitesse: 9.02 km/h

Kilométrage: 6:37 min/km

Place par parcours/Total: 111 (de 133)

Place par parcours/Hommes: 90 (de 99)

Meilleur temps dans le parcours: 1:22:59

Place par catégorie: 19(de 21)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:27:12

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Tour 1	10.40	1:09:38	6:41	19	26:25	90	28:12	10.40	1:09:38	6:41	4	15:39	30	15:10
Dernier temps A	10.70	1:10:07	6:33	19	26:23	88	29:00	21.10	2:19:45	6:37	19	52:33	90	56:46