



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

Exploitation détaillée

Prangenberg, Frank

Association: Rheinhöhenlauf
Dossard: 271

Circuit: 42.20 km
Marathon

Catégorie:
Männer M35

Temps total: 4:21:30

Vitesse: 9.64 km/h
Kilométrage: 6:12 min/km

Place par parcours/Total: 76 (de 292)
Place par parcours/Hommes: 74 (de 267)
Meilleur temps dans le parcours: 3:13:29
Place par catégorie: 15(de 50)
Meilleur temps dans la catégorie: 3:22:06

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	
Tour 1	12.50	1:13:16	5:51	21	16:26	100	19:24	12.50	1:13:16	5:51	39		72	5:01															
Tour 2	10.55	1:02:59	5:58	15	13:41	74	15:13	23.05	2:16:15	5:54	39		77	4:37															
Tour 3	10.55	1:08:59	6:32	14	15:35	78	20:40	33.60	3:25:14	6:06	38		68	52:17															
Dernier temps A	8.60	56:16	6:32	20	14:40	99	19:36	42.20	4:21:30	6:11	16	59:24	89	3:18:13															