



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon
 Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

Exploitation détaillée

Lüder, Steffen

Association: LC Ron Hill Berlin
 Dossard: 202

Circuit: 42.20 km
 Marathon

Catégorie:
 Männer M40

Temps total: 4:32:18

Vitesse: 9.25 km/h
 Kilométrage: 6:27 min/km

Place par parcours/Total: 108 (de 292)
 Place par parcours/Hommes: 104 (de 267)

Meilleur temps dans le parcours: 3:13:29

Place par catégorie: 27(de 64)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:25:37

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 Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	12.50	1:15:29	6:02	34	20:47	129	21:37	12.50	1:15:29	6:02	61	0:30	46	7:14
Tour 2	10.55	1:06:53	6:20	31	17:17	122	19:07	23.05	2:22:22	6:10	49		108	10:44
Tour 3	10.55	1:12:49	6:54	32	16:59	116	24:30	33.60	3:35:11	6:24	44		98	1:02:14
Dernier temps A	8.60	57:07	6:38	28	16:28	108	20:27	42.20	4:32:18	6:27	31	3:29:01	120	3:29:01