



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

Exploitation détaillée

Nentwich, Rolf

Association: Lübbecker Berglöwen
Dossard: 234

Circuit: 42.20 km
Marathon

Catégorie:
Männer M40

Temps total: 4:36:13

Vitesse: 9.12 km/h
Kilométrage: 6:33 min/km

Place par parcours/Total: 124 (de 292)
Place par parcours/Hommes: 119 (de 267)

Meilleur temps dans le parcours: 3:13:29

Place par catégorie: 30(de 64)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:25:37

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard		Place	Retard		Total		Place	Retard	
	km	Temps		catg.	catg.Homm		catg.Homm	catg.Homm	km	Temps		min/km	catg.
Tour 1	12.50	1:08:54	5:30	11	14:12	51	15:02	12.50	1:08:54	5:30	2	11	0:39
Tour 2	10.55	1:01:59	5:52	17	12:23	68	14:13	23.05	2:10:53	5:40	2	123	
Tour 3	10.55	1:09:47	6:36	24	13:57	85	21:28	33.60	3:20:40	5:58	2	112	47:43
Dernier temps A	8.60	1:15:33	8:47	59	34:54	236	38:53	42.20	4:36:13	6:32	34	3:32:56	135 3:32:56