



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon

Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

Exploitation détaillée

Seebode, Jan

Association: RIOT ROAD RUNNERS Hannover
Dossard: 357

Circuit: 42.20 km
Marathon

Catégorie:
Männer M35

Temps total: 4:39:28

Vitesse: 9.06 km/h
Kilométrage: 6:37 min/km

Place par parcours/Total: 134 (de 292)
Place par parcours/Hommes: 129 (de 267)

Meilleur temps dans le parcours: 3:13:29

Place par catégorie: 27(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	1:24:33	6:45	44	27:43	220	30:41	12.50	1:24:33	6:45	4	3:38	128	16:18	12.50	1:24:33	6:45	4	3:38	128	16:18	12.50	1:24:33	6:45	4	3:38	128	16:18
Tour 2	10.55	1:10:07	6:38	33	20:49	162	22:21	23.05	2:34:40	6:42	4	3:04	133	23:02	23.05	2:34:40	6:42	4	3:04	133	23:02	23.05	2:34:40	6:42	4	3:04	133	23:02
Tour 3	10.55	1:10:23	6:40	19	16:59	93	22:04	33.60	3:45:03	6:41	5		122	1:12:06	33.60	3:45:03	6:41	5		122	1:12:06	33.60	3:45:03	6:41	5		122	1:12:06
Dernier temps Ar	8.60	54:25	6:19	16	12:49	81	17:45	42.20	4:39:28	6:37	29	1:17:22	145	3:36:11	42.20	4:39:28	6:37	29	1:17:22	145	3:36:11	42.20	4:39:28	6:37	29	1:17:22	145	3:36:11