



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon  
Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

Exploitation détaillée

**KÖHNE, Heinz-Werner**

Association: VfL Engelskirchen  
Dossard: 170

Circuit: 42.16 km  
Marathon

Catégorie:  
Männer M40

Temps total: 4:41:47

Vitesse: 8.98 km/h  
Kilométrage: 6:41 min/km

Place par parcours/Total: 148 (de 289)  
Place par parcours/Hommes: 143 (de 261)

Meilleur temps dans le parcours: 3:20:36

Place par catégorie: 33(de 55)  
Meilleur temps dans la catégorie: 3:28:58

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	5.27	30:09	5:43	17	6:56	95	7:47	5.27	30:09	5:43	8		153		
Tour 2	5.27	30:19	5:45	20	5:49	98	6:53	10.54	1:00:28	5:44	10		121		
Tour 3	5.27	31:04	5:53	22	6:27	108	7:26	15.81	1:31:32	5:47	7	1:20	144		
Tour 4	5.27	31:27	5:58	18	6:26	84	6:49	21.08	2:02:59	5:50	47		224		
Tour 5	5.27	37:32	7:07	45	11:14	192	12:13	26.35	2:40:31	6:05	8		141	37:42	
Tour 6	5.27	38:36	7:19	39	11:01	171	12:45	31.62	3:19:07	6:17	7		127	50:21	
Tour 7	5.27	42:10	8:00	40	13:39	173	16:03	36.89	4:01:17	6:32	50		236	1:06:24	
Dernier temps Zi	5.27	40:30	7:41	34	12:52	147	14:47	42.16	4:41:47	6:41	35	3:04:34	153	4:15:00	