



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

Exploitation détaillée

ROSE, Frank

Association: Behringen
Dossard: 300

Circuit: 42.16 km
Marathon

Catégorie:
Männer M45

Temps total: 4:51:37

Vitesse: 8.64 km/h
Kilométrage: 6:55 min/km

Place par parcours/Total: 173 (de 289)
Place par parcours/Hommes: 163 (de 261)

Meilleur temps dans le parcours: 3:20:36

Place par catégorie: 34(de 50)
Meilleur temps dans la catégorie: 3:39:13

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	31:26	5:57	26	8:03	129	9:04	5.27	31:26	5:57	10		173		
Tour 2	5.27	31:51	6:02	27	7:14	139	8:25	10.54	1:03:17	6:00	43		221		
Tour 3	5.27	32:18	6:07	28	6:57	139	8:40	15.81	1:35:35	6:02	10		168		
Tour 4	5.27	34:06	6:28	29	7:16	154	9:28	21.08	2:09:41	6:09	8		134		
Tour 5	5.27	37:05	7:02	37	9:27	183	11:46	26.35	2:46:46	6:19	11		160	43:57	
Tour 6	5.27	40:18	7:38	37	12:06	191	14:27	31.62	3:27:04	6:32	10		113	58:18	
Tour 7	5.27	44:04	8:21	41	15:53	191	17:57	36.89	4:11:08	6:48	8		142	1:16:15	
Dernier temps Zi	5.27	40:29	7:40	31	12:06	145	14:46	42.16	4:51:37	6:55	35	3:30:51	174	4:24:50	