



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

Exploitation détaillée

**GALLENKAMP, Guido**

Association: LG Wuppertal  
Dossard: 86

Circuit: 42.16 km  
Marathon

Catégorie:  
Männer M30

Temps total: 4:06:44

Vitesse: 10.21 km/h  
Kilométrage: 5:51 min/km

Place par parcours/Total: 52 (de 289)  
Place par parcours/Hommes: 51 (de 261)  
Meilleur temps dans le parcours: 3:20:36

Place par catégorie: 11(de 31)  
Meilleur temps dans la catégorie: 3:22:43

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	24:02	4:33	4	0:25	7	1:40	5.27	24:02	4:33	22		61		
Tour 2	5.27	25:29	4:50	5	0:56	14	2:03	10.54	49:31	4:41	25		57		
Tour 3	5.27	26:33	5:02	6	2:15	17	2:55	15.81	1:16:04	4:48	22		56		
Tour 4	5.27	28:04	5:19	8	3:25	30	3:26	21.08	1:44:08	4:56	25		54		
Tour 5	5.27	33:31	6:21	19	8:05	109	8:12	26.35	2:17:39	5:13	20		49	14:50	
Tour 6	5.27	33:57	6:26	14	8:06	86	8:06	31.62	2:51:36	5:25	25	13:35	52	22:50	
Tour 7	5.27	38:06	7:13	16	11:55	114	11:59	36.89	3:29:42	5:41	19		45	34:49	
Dernier temps Zi	5.27	37:02	7:01	16	10:58	101	11:19	42.16	4:06:44	5:51	11	44:01	61	3:39:57	