



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

Exploitation détaillée

STEINERT, Steffen

Association: Lunzenau
Dossard: 359

Circuit: 42.16 km
Marathon

Catégorie:
Männer M45

Temps total: 4:17:20

Vitesse: 9.79 km/h
Kilométrage: 6:06 min/km

Place par parcours/Total: 79 (de 289)
Place par parcours/Hommes: 75 (de 261)
Meilleur temps dans le parcours: 3:20:36

Place par catégorie: 17(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	30:22	5:45	19	6:59	101	8:00	5.27	30:22	5:45	43		40		
Tour 2	5.27	30:00	5:41	15	5:23	92	6:34	10.54	1:00:22	5:43	38		202		
Tour 3	5.27	30:18	5:44	13	4:57	85	6:40	15.81	1:30:40	5:44	42		80		
Tour 4	5.27	31:51	6:02	19	5:01	98	7:13	21.08	2:02:31	5:48	34		72		
Tour 5	5.27	33:35	6:22	21	5:57	112	8:16	26.35	2:36:06	5:55	40		73	33:17	
Tour 6	5.27	33:56	6:26	16	5:44	85	8:05	31.62	3:10:02	6:00	49		245	41:16	
Tour 7	5.27	34:26	6:32	15	6:15	64	8:19	36.89	3:44:28	6:05	40		69	49:35	
Dernier temps Zi	5.27	32:52	6:14	8	4:29	48	7:09	42.16	4:17:20	6:06	18	2:56:34	85	3:50:33	