



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

Exploitation détaillée

LÜDER, Dr. Steffen

Association: Ron Hill Berlin
Dossard: 213

Circuit: 42.16 km
Marathon

Catégorie:
Männer M40

Temps total: 4:37:15

Vitesse: 9.09 km/h
Kilométrage: 6:35 min/km

Place par parcours/Total: 132 (de 289)
Place par parcours/Hommes: 128 (de 261)

Meilleur temps dans le parcours: 3:20:36

Place par catégorie: 28(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 | 30:56 | 5:52 | 25 | 7:43 | 113 | 8:34 | 5.27 | 30:56 | 5:52 | 3 | | 138 | | |
| Tour 2 | 5.27 | 31:54 | 6:03 | 30 | 7:24 | 141 | 8:28 | 10.54 | 1:02:50 | 5:57 | 6 | | 111 | | |
| Tour 3 | 5.27 | 33:53 | 6:25 | 40 | 9:16 | 175 | 10:15 | 15.81 | 1:36:43 | 6:07 | 2 | 6:31 | 133 | | |
| Tour 4 | 5.27 | 35:08 | 6:40 | 39 | 10:07 | 178 | 10:30 | 21.08 | 2:11:51 | 6:15 | 2 | | 109 | 0:11 | |
| Tour 5 | 5.27 | 35:27 | 6:43 | 32 | 9:09 | 155 | 10:08 | 26.35 | 2:47:18 | 6:20 | 3 | | 126 | 44:29 | |
| Tour 6 | 5.27 | 34:06 | 6:28 | 18 | 6:31 | 89 | 8:15 | 31.62 | 3:21:24 | 6:22 | 2 | 2:13 | 112 | 52:38 | |
| Tour 7 | 5.27 | 38:40 | 7:20 | 28 | 10:09 | 126 | 12:33 | 36.89 | 4:00:04 | 6:30 | 49 | | 232 | 1:05:11 | |
| Dernier temps Zi | 5.27 | 37:11 | 7:03 | 25 | 9:33 | 108 | 11:28 | 42.16 | 4:37:15 | 6:34 | 30 | 3:00:02 | 138 | 4:10:28 | |