



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

Exploitation détaillée

LANZ, Stephan

Association: London
Dossard: 197

Circuit: 42.16 km
Marathon

Catégorie:
Männer M30

Temps total: 4:37:19

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

Place par parcours/Total: 133 (de 289)
Place par parcours/Hommes: 129 (de 261)

Meilleur temps dans le parcours: 3:20:36

Place par catégorie: 20(de 31)
Meilleur temps dans la catégorie: 3:22:43

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Tour 1	5.27	33:57	6:26	26	10:20	188	11:35	5.27	33:57	6:26	13	6:46	139	
Tour 2	5.27	34:26	6:32	26	9:53	193	11:00	10.54	1:08:23	6:29	31	13:13	252	
Tour 3	5.27	35:01	6:38	26	10:43	190	11:23	15.81	1:43:24	6:32	13	18:52	134	
Tour 4	5.27	36:09	6:51	26	11:30	192	11:31	21.08	2:19:33	6:37	11	25:09	110	7:53
Tour 5	5.27	33:50	6:25	20	8:24	119	8:31	26.35	2:53:23	6:34	11	27:36	127	50:34
Tour 6	5.27	33:41	6:23	13	7:50	79	7:50	31.62	3:27:04	6:32	13	49:03	113	58:18
Tour 7	5.27	35:08	6:40	12	8:57	78	9:01	36.89	4:02:12	6:33	30	22:02	239	1:07:19
Dernier temps Zi	5.27	35:07	6:39	12	9:03	73	9:24	42.16	4:37:19	6:34	20	1:14:36	139	4:10:32