



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

Exploitation détaillée

RUSEK, Stanislaw

Association: Poznan PL
Dossard: 305

Circuit: 42.16 km
Marathon

Catégorie:
Männer M50

Temps total: 4:51:58

Vitesse: 8.63 km/h
Kilométrage: 6:56 min/km

Place par parcours/Total: 176 (de 289)
Place par parcours/Hommes: 166 (de 261)

Meilleur temps dans le parcours: 3:20:36

Place par catégorie: 15(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:20:36

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	30:28	5:46	9	6:25	105	8:06	5.27	30:28	5:46	18		176		
Tour 2	5.27	30:44	5:49	10	6:30	116	7:18	10.54	1:01:12	5:48	24	12:51	206		
Tour 3	5.27	33:14	6:18	14	8:43	160	9:36	15.81	1:34:26	5:58	18		171		
Tour 4	5.27	33:01	6:15	11	8:23	133	8:23	21.08	2:07:27	6:02	17		137		
Tour 5	5.27	35:09	6:40	14	9:50	149	9:50	26.35	2:42:36	6:10	16		163	39:47	
Tour 6	5.27	37:56	7:11	16	11:59	160	12:05	31.62	3:20:32	6:20	21		150	51:46	
Tour 7	5.27	40:56	7:46	18	14:49	163	14:49	36.89	4:01:28	6:32	16		145	1:06:35	
Dernier temps Zi	5.27	50:30	9:34	28	24:47	231	24:47	42.16	4:51:58	6:55	16	3:30:25	177	4:25:11	