



# 9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

## Exploitation détaillée

**GRUNER, Stefan**

Association: LC Cottus  
Dossard: 101

Circuit: 42.16 km  
Marathon

Catégorie:  
Männer M20

Temps total: 3:31:12

Vitesse: 11.98 km/h  
Kilométrage: 5:01 min/km

Place par parcours/Total: 6 (de 289)  
Place par parcours/Hommes: 6 (de 261)  
Meilleur temps dans le parcours: 3:20:36

Place par catégorie: 1(de 22)  
Meilleur temps dans la catégorie: 3:31:12

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	25:48	4:53	2	1:46	24	3:26	5.27	25:48	4:53	12		13		
Tour 2	5.27	24:49	4:42	1	-	7	1:23	10.54	50:37	4:48	14		11		
Tour 3	5.27	24:54	4:43	1	-	7	1:16	15.81	1:15:31	4:46	12		9		
Tour 4	5.27	25:31	4:50	1	-	7	0:53	21.08	1:41:02	4:47	13		7		
Tour 5	5.27	26:00	4:56	1	-	4	0:41	26.35	2:07:02	4:49	20		236	4:13	
Tour 6	5.27	26:59	5:07	1	-	4	1:08	31.62	2:34:01	4:52	11		6	5:15	
Tour 7	5.27	28:20	5:22	1	-	8	2:13	36.89	3:02:21	4:56	19		225	7:28	
Dernier temps Zi	5.27	28:51	5:28	2	2:04	13	3:08	42.16	3:31:12	5:00	2	3:04:25	14	3:04:25	