



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

Exploitation détaillée

MENZEL, Udo

Association: LG Emsdetten
Dossard: 225

Circuit: 42.16 km
Marathon

Catégorie:
Männer M45

Temps total: 3:47:37

Vitesse: 11.07 km/h
Kilométrage: 5:24 min/km

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

Place par catégorie: 3(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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	
Tour 1	5.27	28:36	5:25	14	5:13	65	6:14	5.27	28:36	5:25	29		27		
Tour 2	5.27	28:12	5:21	10	3:35	56	4:46	10.54	56:48	5:23	23		25		
Tour 3	5.27	28:08	5:20	6	2:47	45	4:30	15.81	1:24:56	5:22	28		22		
Tour 4	5.27	28:48	5:27	5	1:58	42	4:10	21.08	1:53:44	5:23	33		21		
Tour 5	5.27	28:17	5:22	2	0:39	21	2:58	26.35	2:22:01	5:23	26		17	19:12	
Tour 6	5.27	28:50	5:28	2	0:38	18	2:59	31.62	2:50:51	5:24	28		20	22:05	
Tour 7	5.27	28:11	5:20	1	-	6	2:04	36.89	3:19:02	5:23	26		13	24:09	
Dernier temps Zi	5.27	28:35	5:25	2	0:12	11	2:52	42.16	3:47:37	5:23	4	2:26:51	28	3:20:50	