



10. Unter-Tage Sparkassen Marathon
Brügman- Schacht, Sondershausen / 03.12.2011

Exploitation détaillée

Lammers, Stefan

Association: LSF Münster
Dossard: 211

Circuit: 31.62 km
3/4 Marathon

Catégorie:
Männer M40

Temps total: 3:46:09

Vitesse: 8.22 km/h
Kilométrage: 7:09 min/km

Place par parcours/Total: 17 (de 23)
Place par parcours/Hommes: 17 (de 22)
Meilleur temps dans le parcours: 2:46:55

Place par catégorie: 6(de 6)
Meilleur temps dans la catégorie: 3:14:32

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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	5.27	35:19	6:42	6	10:02	18	10:02	5.27	35:19	6:42	6	7:04	7	1:44
Runde	5.27	33:30	6:21	6	6:08	12	6:41	10.54	1:08:49	6:31	6	10:13	7	1:29
Runde	5.27	33:18	6:19	5	4:17	9	6:26	15.81	1:42:07	6:27	6	13:25	7	1:17
Runde	5.27	34:19	6:30	5	3:55	8	6:23	21.08	2:16:26	6:28	6	17:20	7	
Runde	5.27	38:07	7:13	5	6:15	12	9:48	26.35	2:54:33	6:37	6	23:35	7	
Runde	5.27	51:36	9:47	5	11:57	18	20:28	31.62	3:46:09	7:09	6	31:37	17	59:14