



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

Exploitation détaillée

Helbig, Stefan

Association: BLT Helbig/Hörmann
Dossard: 130

Circuit: 42.16 km
Marathon

Catégorie:
Männer M20

Temps total: 4:32:53

Vitesse: 9.23 km/h
Kilométrage: 6:28 min/km

Place par parcours/Total: 111 (de 311)
Place par parcours/Hommes: 104 (de 279)

Meilleur temps dans le parcours: 3:02:44

Place par catégorie: 7(de 19)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:02:44

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	
Runde	5.27	26:19	4:59	3	4:36	30	4:36	5.27	26:19	4:59	14		109		
Runde	5.27	29:02	5:30	6	7:19	60	7:19	10.54	55:21	5:15	14		104	11:55	
Runde	5.27	28:24	5:23	4	6:09	40	6:09	15.81	1:23:45	5:17	14		104	18:04	
Runde	5.27	30:42	5:49	6	7:54	70	7:54	21.08	1:54:27	5:25	14		104	25:58	
Runde	5.27	35:20	6:42	10	12:44	132	12:44	26.35	2:29:47	5:41	14		104	38:42	
Runde	5.27	39:58	7:35	13	17:26	178	17:26	31.62	3:09:45	6:00	14		104	56:08	
Runde	5.27	39:57	7:34	9	16:45	149	16:45	36.89	3:49:42	6:13	14		103	1:12:53	
Runde	5.27	43:11	8:11	10	17:16	175	27:26	42.16	4:32:53	6:28	7	1:30:09	110	3:39:31	