



7. Schlaubetal-Marathon
Eisenhüttenstadt / 19.10.2013

Exploitation détaillée

Heßland, Ralf

Association: Friedrichroda
Dossard: 608

Circuit: 43.00 km
Cross-Marathon

Catégorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 4:47:24

Vitesse: 8.98 km/h
Kilométrage: 6:41 min/km

Place par parcours/Total: 81 (de 105)
Place par parcours/Hommes: 64 (de 82)
Meilleur temps dans le parcours: 2:49:01

Place par catégorie: 12(de 14)
Meilleur temps dans la catégorie: 3:09:38

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

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	11.60	1:12:40	6:15	12	24:46	71	28:43	11.60	1:12:40	6:15	12	23:13	39	11:38
Tour 2	19.00	2:06:43	6:40	11	43:45	64	52:14	30.60	3:19:23	6:30	12	1:06:58	38	26:36
Tour 3	1.70	21:05	12:24	13	7:13	67	8:53	32.30	3:40:28	6:49	12	1:14:11	38	29:13
Dernier temps Ar	10.70	1:06:56	6:15	13	23:35	60	28:33	43.00	4:47:24	6:41	12	1:37:46	64	1:58:23