



13. Untertage-Sparkassen-Marathon
Brügman- Schacht, Sondershausen / 15.11.2014

Exploitation détaillée

Paraniak, Jan

Association: Team Skavsåret IF
Dossard: 344

Circuit: 21.34 km
Halbmarathon

Catégorie:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 2:41:07

Vitesse: 7.82 km/h
Kilométrage: 7:33 min/km

Place par parcours/Total: 169 (de 201)
Place par parcours/Hommes: 141 (de 167)
Meilleur temps dans le parcours: 1:32:52

Place par catégorie: 2(de 5)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:57:17

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	3.47	22:19	6:25	2	4:27	99	7:59	3.47	22:19	6:25	2	4:27	138	
Runde	3.47	25:10	7:15	2	6:23	134	10:21	6.94	47:29	6:50	2	10:50	137	17:51
Runde	3.47	26:26	7:37	2	7:03	139	12:46	10.41	1:13:55	7:06	2	17:53	137	28:44
Runde	3.47	28:41	8:15	4	9:12	151	12:54	13.88	1:42:36	7:23	2	27:05	135	41:38
Runde	3.47	28:11	8:07	2	7:36	132	12:10	17.35	2:10:47	7:32	2	34:41	134	53:48
Runde	3.97	30:20	7:38	5	9:09	145	29:44	21.34	2:41:07	7:32	2	43:50	142	1:53:40