



8. Unter-Tage-Sparkassen Marathon  
Bürgman- Schacht, Sondershausen / 05.12.2009

Detalizēti rezultāti

Ruppert, Ralf

Klubs: Lg Oelde/Wadersloh  
Numurs: 300

Posms: 42.20 km  
Marathon

Grupa:  
Männer M40

Kopējais laiks: 4:29:00

Ātrums: 9.37 km/h  
Skrējiena izpildījums: 6:23 min/km

Vieta distancē/Kopā: 101 (no 292)  
Vieta distancē/Vīrieši: 97 (no 267)  
Distances labākais laiks: 3:13:29

Vieta grupā: 25(no 64)  
Grupas labākais laiks: 3:25:37

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Aplis 1	12.50	1:13:05	5:50	23	18:23	98	19:13	12.50	1:13:05	5:50	59		95	4:50
Aplis 2	10.55	1:07:58	6:26	33	18:22	138	20:12	23.05	2:21:03	6:07	51		100	9:25
Aplis 3	10.55	1:12:32	6:52	29	16:42	111	24:13	33.60	3:33:35	6:21	46		91	1:00:38
Pēdējais aplis fin	8.60	55:25	6:26	25	14:46	89	18:45	42.20	4:29:00	6:22	29	3:25:43	112	3:25:43