



# 12. Untertage-Sparkassen-Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 16.11.2013

## Detalizēti rezultāti

**Friese, Ralf**

Klubs: SC Delphin Ingolstadt  
Numurs: 84

Posms: 42.18 km  
Marathon

Grupa:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

**Kopējais laiks: 4:08:24**

Ātrums: 10.14 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:53 min/km

Vieta distancē/Kopā: 38 (no 220)

Vieta distancē/Vīrieši: 36 (no 194)

Distances labākais laiks: 3:07:34

Vieta grupā: 6(no 42)

Grupas labākais laiks: 3:33:09

### Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

| Kontrolpunkts | Posma rezultāts |             |              |                     |                      |                        |                        | Kopējais rezultāts |            |             |                     |                      |                        |                        |
|---------------|-----------------|-------------|--------------|---------------------|----------------------|------------------------|------------------------|--------------------|------------|-------------|---------------------|----------------------|------------------------|------------------------|
|               | Posma km        | Posma Laiks | Posma min/km | Vietāztrūkum: grupā | Vietāztrūkums: grupā | Vietāztrūkums: Vīrieši | Vietāztrūkums: Vīrieši | Kopā km            | Kopā Laiks | Kopā min/km | Vietāztrūkum: grupā | Vietāztrūkums: grupā | Vietāztrūkums: Vīrieši | Vietāztrūkums: Vīrieši |
| Runde         | 3.47            | 16:41       | 4:48         | 3                   | 0:22                 | 15                     | 2:13                   | 3.47               | 16:41      | 4:48        | 27                  |                      | 38                     |                        |
| Runde         | 3.47            | 17:01       | 4:54         | 3                   | 0:40                 | 14                     | 2:25                   | 6.94               | 33:42      | 4:51        | 27                  |                      | 38                     |                        |
| Runde         | 3.47            | 17:27       | 5:01         | 3                   | 0:59                 | 17                     | 2:31                   | 10.41              | 51:09      | 4:54        | 23                  |                      | 37                     |                        |
| Runde         | 3.47            | 17:31       | 5:02         | 3                   | 1:07                 | 15                     | 2:25                   | 13.88              | 1:08:40    | 4:56        | 26                  |                      | 25                     |                        |
| Runde         | 3.47            | 18:07       | 5:13         | 3                   | 2:02                 | 17                     | 2:52                   | 17.35              | 1:26:47    | 5:00        | 27                  |                      | 37                     |                        |
| Runde         | 3.47            | 18:56       | 5:27         | 5                   | 2:05                 | 25                     | 3:30                   | 20.82              | 1:45:43    | 5:04        | 26                  |                      | 20                     |                        |
| Runde         | 3.47            | 20:00       | 5:45         | 11                  | 2:28                 | 37                     | 4:53                   | 24.29              | 2:05:43    | 5:10        | 23                  |                      | 25                     | 20:33                  |
| Runde         | 3.47            | 23:39       | 6:48         | 21                  | 6:08                 | 83                     | 7:56                   | 27.76              | 2:29:22    | 5:22        | 23                  |                      | 34                     | 23:50                  |
| Runde         | 3.47            | 25:56       | 7:28         | 30                  | 8:13                 | 113                    | 9:42                   | 31.23              | 2:55:18    | 5:36        | 27                  |                      | 36                     | 38:11                  |
| Runde         | 3.47            | 24:28       | 7:03         | 19                  | 5:34                 | 64                     | 7:54                   | 34.70              | 3:19:46    | 5:45        | 26                  |                      | 27                     | 46:02                  |
| Runde         | 3.47            | 24:06       | 6:56         | 11                  | 3:31                 | 45                     | 7:14                   | 38.17              | 3:43:52    | 5:51        | 27                  |                      | 34                     | 53:09                  |
| Runde         | 3.97            | 24:32       | 6:10         | 16                  | 4:29                 | 63                     | 7:41                   | 42.18              | 4:08:24    | 5:53        | 6                   | 35:15                | 39                     | 2:46:35                |