



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon
Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

Detailauswertung

OST, Thomas

Verein: BvB 09
Startnummer: 255

Strecke: 42,16 km
Marathon

Kategorie:
Männer M45

Gesamt-Zeit: 4:30:23

Geschwindigkeit: 9,32 km/h
Laufleistung: 6:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 111 (von 289)
Strecken-Platzierung/Männer: 107 (von 261)
Bestzeit der Strecke: 3:20:36

Kategorie-Platzierung: 22(von 50)
Bestzeit in der Kategorie: 3:39:13

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	5,27	29:00	5:30	15	5:37	80	6:38	5,27	29:00	5:30	48		62	
Runde 2	5,27	30:05	5:42	16	5:28	93	6:39	10,54	59:05	5:36	36		195	
Runde 3	5,27	30:49	5:50	17	5:28	96	7:11	15,81	1:29:54	5:41	47		110	
Runde 4	5,27	32:04	6:05	21	5:14	104	7:26	21,08	2:01:58	5:47	40		218	
Runde 5	5,27	34:25	6:31	25	6:47	133	9:06	26,35	2:36:23	5:56	45		103	33:34
Runde 6	5,27	36:06	6:51	26	7:54	126	10:15	31,62	3:12:29	6:05	40		90	43:43
Runde 7	5,27	38:25	7:17	28	10:14	121	12:18	36,89	3:50:54	6:15	45		99	56:01
Letzte Runde Ziel	5,27	39:29	7:29	28	11:06	130	13:46	42,16	4:30:23	6:24	23	3:09:37	117	4:03:36