



# 9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

## Detailauswertung

**KASTL, Helmut**

Verein: SK-Voest  
Startnummer: 159

Strecke: 42,16 km  
Marathon

Kategorie:  
Männer M45

**Gesamt-Zeit: 3:39:13**

Geschwindigkeit: 11,54 km/h  
Laufleistung: 5:12 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 289)  
Strecken-Platzierung/Männer: 12 (von 261)  
Bestzeit der Strecke: 3:20:36

Kategorie-Platzierung: 1(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	26:23	5:00	6	3:00	33	4:01	5,27	26:23	5:00	27		19	
Runde 2	5,27	25:25	4:49	3	0:48	12	1:59	10,54	51:48	4:54	3		17	
Runde 3	5,27	25:57	4:55	2	0:36	12	2:19	15,81	1:17:45	4:55	38		15	
Runde 4	5,27	27:09	5:09	2	0:19	23	2:31	21,08	1:44:54	4:58	3		13	
Runde 5	5,27	28:41	5:26	3	1:03	28	3:22	26,35	2:13:35	5:04	2		9	10:46
Runde 6	5,27	28:12	5:21	1	-	14	2:21	31,62	2:41:47	5:06	33		12	13:01
Runde 7	5,27	29:03	5:30	2	0:52	11	2:56	36,89	3:10:50	5:10	3		6	15:57
Letzte Runde Ziel	5,27	28:23	5:23	1	-	10	2:40	42,16	3:39:13	5:11	2	2:18:27	20	3:12:26