



# 9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

## evaluación detallada

**OST, Thomas**

Asociación: BvB 09  
Dorsal: 255

recorrido: 42.16 km  
Marathon

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 4:30:23

velocidad: 9.36 km/h  
rendimiento en carrera: 6:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 111 (de 289)  
posición en el recorrido/Men: 107 (de 261)  
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 22(de 50)  
mejor tiempo en la categoría: 3:39:13

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men
vuelta 1	5.27	29:00	5:30	15	5:37	80	5.27	29:00	5:30	48		62
vuelta 2	5.27	30:05	5:42	16	5:28	93	10.54	59:05	5:36	36		195
vuelta 3	5.27	30:49	5:50	17	5:28	96	15.81	1:29:54	5:41	47		110
vuelta 4	5.27	32:04	6:05	21	5:14	104	21.08	2:01:58	5:47	40		218
vuelta 5	5.27	34:25	6:31	25	6:47	133	26.35	2:36:23	5:56	45		103 33:34
vuelta 6	5.27	36:06	6:51	26	7:54	126	31.62	3:12:29	6:05	40		90 43:43
vuelta 7	5.27	38:25	7:17	28	10:14	121	36.89	3:50:54	6:15	45		99 56:01
última vuelta Zie	5.27	39:29	7:29	28	11:06	130	42.16	4:30:23	6:24	23	3:09:37	117 4:03:36