



# 9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

## evaluación detallada

**KASTL, Helmut**

Asociación: SK-Voest  
Dorsal: 159

recorrido: 42.16 km  
Marathon

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 3:39:13

velocidad: 11.50 km/h  
rendimiento en carrera: 5:12 min/km

posición en el recorrido/Total: 12 (de 289)  
posición en el recorrido/Men: 12 (de 261)  
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 1(de 50)  
mejor tiempo en la categoría: 3:39:13

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
vuelta 1	5.27	26:23	5:00	6	3:00	33	4:01	5.27	26:23	5:00	27	19		
vuelta 2	5.27	25:25	4:49	3	0:48	12	1:59	10.54	51:48	4:54	3	17		
vuelta 3	5.27	25:57	4:55	2	0:36	12	2:19	15.81	1:17:45	4:55	38	15		
vuelta 4	5.27	27:09	5:09	2	0:19	23	2:31	21.08	1:44:54	4:58	3	13		
vuelta 5	5.27	28:41	5:26	3	1:03	28	3:22	26.35	2:13:35	5:04	2	9	10:46	
vuelta 6	5.27	28:12	5:21	1	-	14	2:21	31.62	2:41:47	5:06	33	12	13:01	
vuelta 7	5.27	29:03	5:30	2	0:52	11	2:56	36.89	3:10:50	5:10	3	6	15:57	
última vuelta Zie	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