



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

Exploitation détaillée

OST, Thomas

Association: BvB 09  
Dossard: 255

Circuit: 42.16 km  
Marathon

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 4:30:23

Vitesse: 9.32 km/h  
Kilométrage: 6:25 min/km

Place par parcours/Total: 111 (de 289)  
Place par parcours/Hommes: 107 (de 261)

Meilleur temps dans le parcours: 3:20:36

Place par catégorie: 22(de 50)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:39:13

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	5.27	29:00	5:30	15	5:37	80	6:38	5.27	29:00	5:30	48		62	
Tour 2	5.27	30:05	5:42	16	5:28	93	6:39	10.54	59:05	5:36	36		195	
Tour 3	5.27	30:49	5:50	17	5:28	96	7:11	15.81	1:29:54	5:41	47		110	
Tour 4	5.27	32:04	6:05	21	5:14	104	7:26	21.08	2:01:58	5:47	40		218	
Tour 5	5.27	34:25	6:31	25	6:47	133	9:06	26.35	2:36:23	5:56	45		103	33:34
Tour 6	5.27	36:06	6:51	26	7:54	126	10:15	31.62	3:12:29	6:05	40		90	43:43
Tour 7	5.27	38:25	7:17	28	10:14	121	12:18	36.89	3:50:54	6:15	45		99	56:01
Dernier temps Zi	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