



## 9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

### Detalizēti rezultāti

**KASTL, Helmut**

Klubs: SK-Voest

Numurs: 159

Posms: 42.16 km

Marathon

Grupa:

Männer M45

Kopējais laiks: 3:39:13

Ātrums: 11.54 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:12 min/km

Vieta distancē/Kopā: 12 (no 289)

Vieta distancē/Vīrieši: 12 (no 261)

Distances labākais laiks: 3:20:36

Vieta grupā: 1(no 50)

Grupas labākais laiks: 3:39:13

### Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

| Kontrolpunkts      | Posma |       |        | Vietāztrūkums:Vietāztrūkums |       |         |         | Kopā  |         |        | Vietāztrūkums:Vietāztrūkums |         |         |         |
|--------------------|-------|-------|--------|-----------------------------|-------|---------|---------|-------|---------|--------|-----------------------------|---------|---------|---------|
|                    | km    | Laiks | min/km | grupā                       | grupā | Vīrieši | Vīrieši | km    | Laiks   | min/km | grupā                       | grupā   | Vīrieši | Vīrieši |
| Aplis 1            | 5.27  | 26:23 | 5:00   | 6                           | 3:00  | 33      | 4:01    | 5.27  | 26:23   | 5:00   | 27                          |         | 19      |         |
| Aplis 2            | 5.27  | 25:25 | 4:49   | 3                           | 0:48  | 12      | 1:59    | 10.54 | 51:48   | 4:54   | 3                           |         | 17      |         |
| Aplis 3            | 5.27  | 25:57 | 4:55   | 2                           | 0:36  | 12      | 2:19    | 15.81 | 1:17:45 | 4:55   | 38                          |         | 15      |         |
| Aplis 4            | 5.27  | 27:09 | 5:09   | 2                           | 0:19  | 23      | 2:31    | 21.08 | 1:44:54 | 4:58   | 3                           |         | 13      |         |
| Aplis 5            | 5.27  | 28:41 | 5:26   | 3                           | 1:03  | 28      | 3:22    | 26.35 | 2:13:35 | 5:04   | 2                           |         | 9       | 10:46   |
| Aplis 6            | 5.27  | 28:12 | 5:21   | 1                           | -     | 14      | 2:21    | 31.62 | 2:41:47 | 5:06   | 33                          |         | 12      | 13:01   |
| Aplis 7            | 5.27  | 29:03 | 5:30   | 2                           | 0:52  | 11      | 2:56    | 36.89 | 3:10:50 | 5:10   | 3                           |         | 6       | 15:57   |
| Pēdējais aplis Ziē | 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 |