



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

Detailauswertung

hölzel, holger

Verein: vorwärts köln

Startnummer: 14

Strecke: 42,25 km

Marathon

Kategorie:

Männer M35

Gesamt-Zeit: 3:47:58

Geschwindigkeit: 11,05 km/h

Laufleistung: 5:24 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 28 (von 86)

Strecken-Platzierung/Männer: 27 (von 74)

Bestzeit der Strecke: 2:43:30

Kategorie-Platzierung: 3(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 3:04:02

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	3,25	15:04	4:38	3	2:37	18	3:39	3,25	15:04	4:38	3	2:37	67	
Runde 2	3,25	16:20	5:01	4	2:40	26	4:15	6,50	31:24	4:49	3	5:17	67	
Runde 3	3,25	16:42	5:08	4	2:37	29	4:28	9,75	48:06	4:56	3	7:54	59	
Runde 4	3,25	16:44	5:08	4	2:55	32	4:13	13,00	1:04:50	4:59	5	10:49	65	
Runde 5	3,25	17:15	5:18	4	3:28	34	4:38	16,25	1:22:05	5:03	2	8:07	65	
Runde 6	3,25	16:53	5:11	4	3:11	28	4:13	19,50	1:38:58	5:04	3	17:28	56	
Runde 7	3,25	17:01	5:14	4	3:15	23	4:18	22,75	1:55:59	5:05	3	20:43	59	0:23
Runde 8	3,25	17:00	5:13	3	2:56	21	4:07	26,00	2:12:59	5:06	2	23:39	56	
Runde 9	3,25	17:40	5:26	3	3:31	24	5:04	29,25	2:30:39	5:09	3	27:10	53	
Runde 10	3,25	18:15	5:36	3	3:50	27	5:29	32,50	2:48:54	5:11	3	31:00	65	
Runde 11	3,25	19:52	6:06	4	4:42	37	6:51	35,75	3:08:46	5:16	3	35:42	65	
Runde 12	3,25	19:45	6:04	4	4:15	34	6:41	39,00	3:28:31	5:20	2	39:57	60	
Letzte Runde Ziel	3,25	19:27	5:59	5	3:59	36	6:32	42,25	3:47:58	5:23	3	43:56	28	2:53:18