



# 4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

## Detailauswertung

**Riedel, Roland**

Verein: Adler-Langlauf Bottrop

Startnummer: 47

Strecke: 42,25 km

Marathon

Kategorie:

Männer M45

**Gesamt-Zeit: 4:17:16**

Geschwindigkeit: 9,80 km/h

Laufleistung: 6:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 56 (von 86)

Strecken-Platzierung/Männer: 50 (von 74)

Bestzeit der Strecke: 2:43:30

Kategorie-Platzierung: 12(von 20)

Bestzeit in der Kategorie: 3:14:03

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	19:11	5:54	19	5:40	66	7:46	3,25	19:11	5:54	10	3:51	8	0:56
Runde 2	3,25	20:13	6:13	20	6:17	70	8:08	6,50	39:24	6:03	10	6:38	5	1:40
Runde 3	3,25	20:06	6:11	16	6:06	64	7:52	9,75	59:30	6:06	8	8:35	3	5:04
Runde 4	3,25	19:56	6:08	14	5:37	58	7:25	13,00	1:19:26	6:06	8	23:40	9	2:05
Runde 5	3,25	20:07	6:11	15	5:46	59	7:30	16,25	1:39:33	6:07	10	11:53	8	2:00
Runde 6	3,25	20:00	6:09	13	5:43	57	7:20	19,50	1:59:33	6:07	7	28:52	2	12:22
Runde 7	3,25	20:19	6:15	13	5:37	58	7:36	22,75	2:19:52	6:08	10	33:38	9	24:16
Runde 8	3,25	20:06	6:11	12	5:14	54	7:13	26,00	2:39:58	6:09	10	14:12	7	2:32
Runde 9	3,25	19:44	6:04	10	4:41	43	7:08	29,25	2:59:42	6:08	8	13:06	6	16:34
Runde 10	3,25	19:46	6:04	10	4:08	44	7:00	32,50	3:19:28	6:08	10	11:43	8	22:20
Runde 11	3,25	19:45	6:04	10	3:44	35	6:44	35,75	3:39:13	6:07	9	8:48	7	2:10
Runde 12	3,25	19:34	6:01	9	3:04	33	6:30	39,00	3:58:47	6:07	19	5:06	67	13:32
Letzte Runde Ziel	3,25	18:29	5:41	9	3:29	25	5:34	42,25	4:17:16	6:05	12	1:03:13	51	3:22:36