



# 4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

## Detailauswertung

**Förster, Udo**

Verein: 100 Marathon Club

Startnummer: 39

Strecke: 42,25 km

Marathon

Kategorie:

Männer M45

**Gesamt-Zeit: 4:44:09**

Geschwindigkeit: 8,87 km/h

Laufleistung: 6:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 76 (von 86)

Strecken-Platzierung/Männer: 65 (von 74)

Bestzeit der Strecke: 2:43:30

Kategorie-Platzierung: 17(von 20)

Bestzeit in der Kategorie: 3:14:03

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	18:08	5:34	14	4:37	54	6:43	3,25	18:08	5:34	5	2:48	11	
Runde 2	3,25	18:45	5:46	13	4:49	54	6:40	6,50	36:53	5:40	5	4:07	20	
Runde 3	3,25	19:01	5:51	12	5:01	51	6:47	9,75	55:54	5:44	5	4:59	26	1:28
Runde 4	3,25	18:36	5:43	12	4:17	48	6:05	13,00	1:14:30	5:43	3	18:44	19	
Runde 5	3,25	18:18	5:37	10	3:57	44	5:41	16,25	1:32:48	5:42	5	5:08	20	
Runde 6	3,25	19:07	5:52	11	4:50	50	6:27	19,50	1:51:55	5:44	4	21:14	28	4:44
Runde 7	3,25	22:02	6:46	18	7:20	68	9:19	22,75	2:13:57	5:53	5	27:43	25	18:21
Runde 8	3,25	25:08	7:44	18	10:16	68	12:15	26,00	2:39:05	6:07	5	13:19	27	1:39
Runde 9	3,25	26:17	8:05	18	11:14	69	13:41	29,25	3:05:22	6:20	5	18:46	19	22:14
Runde 10	3,25	23:58	7:22	18	8:20	67	11:12	32,50	3:29:20	6:26	5	21:35	19	32:12
Runde 11	3,25	23:55	7:21	15	7:54	61	10:54	35,75	3:53:15	6:31	4	22:50	27	16:12
Runde 12	3,25	25:53	7:57	17	9:23	67	12:49	39,00	4:19:08	6:38	5	25:27	26	33:53
Letzte Runde Ziel	3,25	25:01	7:41	18	10:01	69	12:06	42,25	4:44:09	6:43	17	1:30:06	66	3:49:29