



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

Detailauswertung

Rasmussen, Ole Steen

Verein: Kolding
Startnummer: 295

Strecke: 9,75 km
10 km Lauf

Kategorie:
Männer M45

Gesamt-Zeit: 49:31

Geschwindigkeit: 11,81 km/h
Laufleistung: 5:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 84 (von 150)
Strecken-Platzierung/Männer: 80 (von 128)
Bestzeit der Strecke: 32:24

Kategorie-Platzierung: 15(von 23)
Bestzeit in der Kategorie: 37:30

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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	15:21	4:43	13	3:35	79	5:08	3,25	15:21	4:43	10	0:37	57	5:08
Runde 2	3,25	17:05	5:15	16	4:11	81	5:53	6,50	32:26	4:59	10	0:40	80	11:01
Letzte Runde Ziel	3,25	17:05	5:15	15	4:15	84	6:06	9,75	49:31	5:04	15	12:01	82	26:45