



# 5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

## Detailauswertung

**PASTOMSKI, Ralf**

Verein: Viba-Anschütz-Team

Startnummer: 326

Strecke: 9,75 km

10 km Lauf

Kategorie:

Männer M45

Gesamt-Zeit: 50:22

Geschwindigkeit: 11,61 km/h

Laufleistung: 5:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 105 (von 207)

Strecken-Platzierung/Männer: 99 (von 156)

Bestzeit der Strecke: 32:53

Kategorie-Platzierung: 25(von 34)

Bestzeit in der Kategorie: 38:40

### 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	16:52	5:11	23	4:37	99	6:17	3,25	16:52	5:11	8		98	6:17
Runde 2	3,25	17:05	5:15	25	3:56	96	6:04	6,50	33:57	5:13	8		86	12:21
Letzte Runde Ziel	3,25	16:25	5:03	22	3:25	86	5:08	9,75	50:22	5:09	25	11:42	99	18:46