



5. Kristallmarathon im Erlebnisbergwerk Merkers

Merkers / 20.02.2011

Detailauswertung

HÖLZEL, Holger

Verein: Vorwärts Köln

Startnummer: 52

Strecke: 42,25 km

Marathon

Kategorie:

Männer M40

Gesamt-Zeit: 3:41:55

Geschwindigkeit: 11,36 km/h

Laufleistung: 5:15 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 41 (von 143)

Strecken-Platzierung/Männer: 40 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 2:55:38

Kategorie-Platzierung: 8(von 23)

Bestzeit in der Kategorie: 3:12:05

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	3,25	14:27	4:26	2	0:53	17	2:10	3,25	14:27	4:26	15			46
Runde 2	3,25	15:26	4:44	5	1:45	33	2:35	6,50	29:53	4:35	15			46
Runde 3	3,25	16:13	4:59	8	2:11	41	3:18	9,75	46:06	4:43	15			46
Runde 4	3,25	16:21	5:01	7	2:18	41	3:28	13,00	1:02:27	4:48	15			34
Runde 5	3,25	16:32	5:05	9	2:20	43	3:31	16,25	1:18:59	4:51	15			46
Runde 6	3,25	16:17	5:00	5	1:50	34	3:24	19,50	1:35:16	4:53	15			46
Runde 7	3,25	17:00	5:13	10	2:27	47	3:50	22,75	1:52:16	4:56	15			46
Runde 8	3,25	17:00	5:13	7	2:21	39	3:28	26,00	2:09:16	4:58	15		42	25:02
Runde 9	3,25	18:02	5:32	10	3:11	46	4:24	29,25	2:27:18	5:02	15		42	29:14
Runde 10	3,25	17:05	5:15	4	1:51	28	3:02	32,50	2:44:23	5:03	15		41	32:16
Runde 11	3,25	18:00	5:32	5	2:24	31	3:52	35,75	3:02:23	5:06	15		40	36:08
Runde 12	3,25	19:18	5:56	9	3:11	46	5:27	39,00	3:21:41	5:10	15		40	40:43
Letzte Runde Ziel	3,25	20:14	6:13	10	4:11	62	6:39	42,25	3:41:55	5:15	10	1:10:15	46	1:12:12