



6. Merkerser KRISTALLMARATHON

Merkers / 26.02.2012

Detailauswertung

Lenzen, Helga

Verein: Hennef
Startnummer: 513

Strecke: 9,75 km
10 km Lauf

Kategorie:
Frauen W50

Gesamt-Zeit: 1:11:12

Geschwindigkeit: 7,58 km/h
Laufleistung: 7:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 218 (von 224)

Strecken-Platzierung/Frauen: 53 (von 58)

Bestzeit der Strecke: 44:26

Kategorie-Platzierung: 9(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 50:36

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde 1	3,25	23:52	7:20	10	7:06	54	9:38	3,25	23:52	7:20	9	7:06	25	3:36
Runde 2	3,25	23:27	7:12	9	6:30	51	8:38	6,50	47:19	7:16	9	13:36	25	6:21
Letzte Runde Zie	3,25	23:53	7:20	9	7:00	54	8:55	9,75	1:11:12	7:18	9	20:36	54	55:26