



7. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 16.02.2013

Detailauswertung

Rolff, Dirk

Verein: LG RWE Power

Startnummer: 352

Strecke: 9,75 km

10 km Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:33

Geschwindigkeit: 11,12 km/h

Laufleistung: 4:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 38 (von 149)

Strecken-Platzierung/Männer: 36 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 32:58

Kategorie-Platzierung: 9(von 24)

Bestzeit in der Kategorie: 32:58

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	3,25	16:36	5:06	12	6:21	54	6:21	3,25	16:36	5:06	16		38	6:21
Runde 2	3,25	16:16	5:00	8	2:30	31	4:29	6,50	32:52	5:03	16		36	8:07
Letzte Runde Ziel	3,25	15:41	4:49	8	7:28	25	7:28	9,75	48:33	4:58	10	15:35	37	15:35