



# 9. Kristallmarathon im Erlebnis Bergwerk Merkers

Merkers / 22.02.2015

## Detailauswertung

**Sax, Almuth**

Verein: TV Urbar  
Startnummer: 156

Strecke: 42,25 km  
Marathon

Kategorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 4:42:21**

Geschwindigkeit: 8,93 km/h  
Laufleistung: 6:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 223 (von 250)

Strecken-Platzierung/Frauen: 16 (von 38)

Bestzeit der Strecke: 3:35:32

Kategorie-Platzierung: 5(von 10)

Bestzeit in der Kategorie: 3:58:36

| Kontrolle         | Zwischenzeiten |            |              |            |              |              |                | Teilstreckenwertung |             |               |            | Gesamtwertung |              |                |  |
|-------------------|----------------|------------|--------------|------------|--------------|--------------|----------------|---------------------|-------------|---------------|------------|---------------|--------------|----------------|--|
|                   | Split km       | Split Zeit | Split min/km | Platz Kat. | Rückst. Kat. | Platz Frauer | Rückst. Frauen | Gesamt km           | Gesamt Zeit | Gesamt min/km | Platz Kat. | Rückst. Kat.  | Platz Frauer | Rückst. Frauen |  |
| Runde 1           | 3,25           | 18:40      | 5:44         | 3          | 0:51         | 17           | 3:07           | 3,25                | 18:40       | 5:44          | 3          | 0:51          | 17           | 3:07           |  |
| Runde 2           | 3,25           | 18:50      | 5:47         | 5          | 0:54         | 19           | 3:44           | 6,50                | 37:30       | 5:46          | 3          | 1:45          | 17           | 6:51           |  |
| Runde 3           | 3,25           | 19:14      | 5:55         | 5          | 1:20         | 21           | 4:13           | 9,75                | 56:44       | 5:49          | 5          | 2:35          | 21           | 11:04          |  |
| Runde 4           | 3,25           | 20:01      | 6:09         | 7          | 2:22         | 27           | 4:41           | 13,00               | 1:16:45     | 5:54          | 5          | 4:07          | 23           | 15:45          |  |
| Runde 5           | 3,25           | 20:31      | 6:18         | 7          | 3:22         | 27           | 4:26           | 16,25               | 1:37:16     | 5:59          | 5          | 6:59          | 23           | 20:11          |  |
| Runde 6           | 3,25           | 21:34      | 6:38         | 7          | 4:07         | 27           | 5:04           | 19,50               | 1:58:50     | 6:05          | 7          | 11:06         | 27           | 25:15          |  |
| Runde 7           | 3,25           | 22:10      | 6:49         | 7          | 4:23         | 29           | 6:27           | 22,75               | 2:21:00     | 6:11          | 7          | 15:29         | 27           | 31:42          |  |
| Runde 8           | 3,25           | 22:34      | 6:56         | 9          | 4:44         | 29           | 6:01           | 26,00               | 2:43:34     | 6:17          | 7          | 20:13         | 27           | 37:43          |  |
| Runde 9           | 3,25           | 23:09      | 7:07         | 9          | 4:58         | 31           | 5:37           | 29,25               | 3:06:43     | 6:23          | 7          | 25:11         | 27           | 43:20          |  |
| Runde 10          | 3,25           | 23:54      | 7:21         | 9          | 5:00         | 33           | 6:15           | 32,50               | 3:30:37     | 6:28          | 9          | 30:11         | 29           | 49:35          |  |
| Runde 11          | 3,25           | 24:16      | 7:28         | 9          | 5:02         | 31           | 6:27           | 35,75               | 3:54:53     | 6:34          | 9          | 35:13         | 31           | 55:16          |  |
| Runde 12          | 3,25           | 24:15      | 7:27         | 9          | 5:18         | 33           | 6:37           | 39,00               | 4:19:08     | 6:38          | 9          | 39:45         | 31           | 1:00:13        |  |
| Letzte Runde Ziel | 3,25           | 23:13      | 7:08         | 9          | 4:48         | 31           | 6:36           | 42,25               | 4:42:21     | 6:40          | 9          | 43:45         | 31           | 1:06:49        |  |