



# 10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

## Detailauswertung

Rancke, André

Verein: [www.sport-mit-diabetes.de](http://www.sport-mit-diabetes.de)

Startnummer: 148

Strecke: 9,75 km

10 km Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:36

Geschwindigkeit: 11,59 km/h

Laufleistung: 4:47 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 34 (von 181)

Strecken-Platzierung/Männer: 31 (von 122)

Bestzeit der Strecke: 34:17

Kategorie-Platzierung: 6(von 16)

Bestzeit in der Kategorie: 39:02

### 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  | 15:32 | 4:46   | 6             | 2:38 | 41     | 4:07   | 3,25   | 15:32 | 4:46   | 6    | 2:38 | 41     | 4:07   |
| Runde 2           | 3,25  | 15:24 | 4:44   | 7             | 2:17 | 28     | 3:55   | 6,50   | 30:56 | 4:45   | 6    | 4:41 | 34     | 8:02   |
| Letzte Runde Ziel | 3,25  | 15:40 | 4:49   | 7             | 2:53 | 33     | 4:17   | 9,75   | 46:36 | 4:46   | 6    | 7:34 | 31     | 12:19  |