



# 10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

## Detailauswertung

**Littwin, Rüdiger**

Verein: Lippehasen Dorsten / 100 Marathon Club  
Startnummer: 579

Strecke: 42,25 km  
Marathon

Kategorie:  
Senioren M60 (60-64 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 5:14:57**

Geschwindigkeit: 8,00 km/h  
Laufleistung: 7:27 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 118 (von 119)

Strecken-Platzierung/Männer: 105 (von 107)

Bestzeit der Strecke: 2:53:03

Kategorie-Platzierung: 5(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 3:54:42

Kontrolle	Teilstreckenwertung								Gesamtwertung							
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer		
Runde 1	3,25	21:09	6:30	5	4:24	105	9:20	3,25	21:09	6:30	5	4:24	105	9:20		
Runde 2	3,25	21:47	6:42	4	4:50	104	9:07	6,50	42:56	6:36	5	9:14	105	18:27		
Runde 3	3,25	21:48	6:42	5	4:16	105	9:17	9,75	1:04:44	6:38	4	13:30	104	27:31		
Runde 4	3,25	21:59	6:45	4	4:19	103	9:20	13,00	1:26:43	6:40	4	17:49	104	36:43		
Runde 5	3,25	22:35	6:56	5	5:05	104	9:38	16,25	1:49:18	6:43	4	22:54	104	46:21		
Runde 6	3,25	22:43	6:59	5	5:00	103	9:37	19,50	2:12:01	6:46	4	27:54	104	55:52		
Runde 7	3,25	23:17	7:09	5	5:27	105	10:13	22,75	2:35:18	6:49	4	33:21	104	1:05:52		
Runde 8	3,25	24:35	7:33	5	6:28	105	11:30	26,00	2:59:53	6:55	4	39:49	104	1:17:22		
Runde 9	3,25	25:17	7:46	5	6:16	104	11:42	29,25	3:25:10	7:00	4	46:05	104	1:29:04		
Runde 10	3,25	26:20	8:06	6	7:58	106	12:13	32,50	3:51:30	7:07	6	54:03	106	1:41:17		
Runde 11	3,25	27:28	8:27	5	8:52	105	13:31	35,75	4:18:58	7:14	6	1:02:55	106	1:54:48		
Runde 12	3,25	28:23	8:43	4	9:04	105	14:21	39,00	4:47:21	7:22	6	1:11:59	106	2:09:09		
Letzte Runde Ziel	3,25	27:36	8:29	5	8:16	104	12:45	42,25	5:14:57	7:27	5	1:20:15	105	2:21:54		