



12. Kristall-Marathon

Merkers / 18.02.2018

Detailauswertung

BENECKE, Ralf

Verein: LAufstall
Startnummer: 314

Strecke: 22,75 km
Halbmarathon

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:10:49

Geschwindigkeit: 10,09 km/h
Laufleistung: 5:45 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 136 (von 261)

Strecken-Platzierung/Männer: 121 (von 215)

Bestzeit der Strecke: 1:25:10

Kategorie-Platzierung: 18(von 34)

Bestzeit in der Kategorie: 1:39:17

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	16:40	5:07	18	3:49	107	5:22	3,25	16:40	5:07	18	3:49	107	5:22
Runde 2	3,25	18:26	5:40	24	4:17	146	6:37	6,50	35:06	5:24	18	8:06	126	11:45
Runde 3	3,25	18:23	5:39	19	4:00	126	6:11	9,75	53:29	5:29	19	12:06	123	17:56
Runde 4	3,25	18:40	5:44	19	5:05	121	6:14	13,00	1:12:09	5:33	18	16:17	120	24:10
Runde 5	3,25	19:29	5:59	18	6:21	125	6:59	16,25	1:31:38	5:38	18	21:15	123	31:09
Runde 6	3,25	19:33	6:00	18	5:45	116	7:05	19,50	1:51:11	5:42	17	26:10	121	38:14
Letzte Runde Ziel	3,25	19:38	6:02	19	6:03	121	17:32	22,75	2:10:49	5:45	19	39:10	123	2:08:43