



# 13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

## Detailauswertung

**Pommer, Mario**

Verein: Meddys LWT Koblenz

Startnummer: 764

Strecke: 42,25 km

Marathon

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 3:18:34**

Geschwindigkeit: 12,69 km/h

Laufleistung: 4:42 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 193)

Strecken-Platzierung/Männer: 12 (von 161)

Bestzeit der Strecke: 2:49:28

Kategorie-Platzierung: 2(von 22)

Bestzeit in der Kategorie: 3:15:14

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	14:25	4:26	2	0:48	18	2:35	3,25	14:25	4:26	2	0:48	18	2:35	
Runde 2	3,25	14:49	4:33	2	1:41	20	2:22	6,50	29:14	4:29	2	2:29	17	4:57	
Runde 3	3,25	14:49	4:33	2	1:05	19	2:18	9,75	44:03	4:31	2	3:34	18	7:15	
Runde 4	3,25	15:22	4:43	2	1:41	24	2:37	13,00	59:25	4:34	2	5:15	22	9:52	
Runde 5	3,25	15:05	4:38	2	1:14	17	2:11	16,25	1:14:30	4:35	2	6:29	22	12:03	
Runde 6	3,25	15:14	4:41	2	1:26	18	15:13	19,50	1:29:44	4:36	2	7:55	22	16:07	
Runde 7	3,25	15:04	4:38	2	1:02	15	1:43	22,75	1:44:48	4:36	2	8:57	22	16:54	
Runde 8	3,25	15:15	4:41	2	0:35	13	15:14	26,00	2:00:03	4:37	2	9:32	19	32:08	
Runde 9	3,25	15:21	4:43	2	0:14	12	2:02	29,25	2:15:24	4:37	2	9:46	14	32:26	
Runde 10	3,25	15:36	4:47	2	0:11	10	2:09	32,50	2:31:00	4:38	2	9:08	13	32:09	
Runde 11	3,25	15:43	4:50	1	-	9	2:35	35,75	2:46:43	4:39	2	7:51	14	31:07	
Runde 12	3,25	16:02	4:56	2	0:05	11	2:49	39,00	3:02:45	4:41	2	6:21	13	29:53	
Letzte Runde Ziel	3,25	15:49	4:51	1	-	11	2:44	42,25	3:18:34	4:41	2	3:20	12	29:06	