



# 13. Kristall-Marathon

Merkers / 17.02.2019

## Detailauswertung

**Friis, Lone**

Verein: Klub 100 Marathon

Startnummer: 653

Strecke: 42,25 km

Marathon

Kategorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 4:22:40**

Geschwindigkeit: 9,59 km/h

Laufleistung: 6:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 119 (von 193)

Strecken-Platzierung/Frauen: 14 (von 32)

Bestzeit der Strecke: 3:42:42

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 3:58:14

Kontrolle	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	19:20	5:56	3	2:41	18	4:57	3,25	19:20	5:56	3	2:41	18	4:57
Runde 2	3,25	19:26	5:58	3	1:48	19	3:36	6,50	38:46	5:57	3	4:24	18	8:33
Runde 3	3,25	19:22	5:57	3	1:49	17	3:19	9,75	58:08	5:57	3	5:43	18	11:52
Runde 4	3,25	19:47	6:05	3	2:12	18	3:21	13,00	1:17:55	5:59	3	6:59	17	14:52
Runde 5	3,25	19:38	6:02	3	1:54	16	3:03	16,25	1:37:33	6:00	3	8:18	18	16:38
Runde 6	3,25	19:45	6:04	3	1:54	15	2:55	19,50	1:57:18	6:00	3	10:12	17	19:06
Runde 7	3,25	19:43	6:03	3	1:43	15	2:48	22,75	2:17:01	6:01	3	11:55	17	21:54
Runde 8	3,25	20:48	6:24	3	2:19	17	3:30	26,00	2:37:49	6:04	3	14:14	17	25:24
Runde 9	3,25	20:56	6:26	3	2:26	14	3:14	29,25	2:58:45	6:06	3	16:40	17	28:38
Runde 10	3,25	21:10	6:30	3	2:21	17	3:09	32,50	3:19:55	6:09	3	19:01	14	31:47
Runde 11	3,25	21:10	6:30	3	2:24	16	3:27	35,75	3:41:05	6:11	3	21:25	14	34:46
Runde 12	3,25	21:01	6:28	3	2:08	15	3:23	39,00	4:02:06	6:12	3	23:33	14	37:26
Letzte Runde Ziel	3,25	20:34	6:19	3	2:45	15	3:19	42,25	4:22:40	6:13	3	24:26	14	39:58