14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

Detailauswertung

Koch, Lars

Verein: Herzberg
Startnummer: 118

Strecke: 9,75 km
10 km Lauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:10

Geschwindigkeit: 12,15 km/h
Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 220)
Strecken-Platzierung/Männer: 29 (von 126)
Bestzeit der Strecke: 35:30

Kategorie-Platzierung: 7(von 22)
Bestzeit in der Kategorie: 35:30

Zwischenzeiten

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer
Runde 1	3,25	14:50	4:33	7	3:37	24	3:37	3,25	14:50	4:33	7	3:37	24	3:37
Runde 2	3,25	16:23	5:02	7	4:18	32	16:22	6,50	31:13	4:48	7	7:55	29	13:52
Letzte Runde Zie	3,25	16:57	5:12	7	4:45	35	4:45	9,75	48:10	4:56	7	12:40	29	12:40