



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

Detailauswertung

Lenzen, Frank

Verein: Mönchengladbach

Startnummer: 720

Strecke: 42,25 km

Marathon

Kategorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 3:43:54

Geschwindigkeit: 11,26 km/h

Laufleistung: 5:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 185)

Strecken-Platzierung/Männer: 29 (von 161)

Bestzeit der Strecke: 2:53:52

Kategorie-Platzierung: 6(von 40)

Bestzeit in der Kategorie: 3:16:10

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	16:08	4:57	9	3:18	38	4:21	3,25	16:08	4:57	9	3:18	38	4:21
Runde 2	3,25	16:37	5:06	9	3:10	50	16:36	6,50	32:45	5:02	9	6:28	43	15:30
Runde 3	3,25	16:36	5:06	8	2:49	46	3:46	9,75	49:21	5:03	9	9:17	43	15:57
Runde 4	3,25	16:41	5:08	6	2:32	38	3:43	13,00	1:06:02	5:04	9	11:49	44	16:23
Runde 5	3,25	17:11	5:17	9	2:56	46	3:59	16,25	1:23:13	5:07	9	14:45	44	19:38
Runde 6	3,25	16:45	5:09	5	2:13	29	3:27	19,50	1:39:58	5:07	8	16:58	41	23:05
Runde 7	3,25	17:05	5:15	7	2:17	35	3:43	22,75	1:57:03	5:08	8	19:15	40	26:35
Runde 8	3,25	16:58	5:13	6	2:07	26	16:57	26,00	2:14:01	5:09	8	21:04	38	29:48
Runde 9	3,25	17:27	5:22	7	1:48	29	3:28	29,25	2:31:28	5:10	7	22:52	36	33:16
Runde 10	3,25	17:55	5:30	8	1:56	30	3:59	32,50	2:49:23	5:12	7	24:48	35	37:05
Runde 11	3,25	17:40	5:26	6	1:27	21	17:39	35,75	3:07:03	5:13	6	25:47	33	40:44
Runde 12	3,25	18:28	5:40	9	2:13	32	4:38	39,00	3:25:31	5:16	6	26:49	32	45:10
Letzte Runde Ziel	3,25	18:23	5:39	11	2:10	37	5:21	42,25	3:43:54	5:17	6	27:44	29	50:02